मुल्य रु.८०/-

उल्हास प्रभात

२२ वर्षात
८ राज्यस्तरीय
पुरस्कार व
४ आंतरराष्ट्रीय
पुरस्कारप्राप्त
दीपावली अंक

दीपावली विशेषांक २०१६ संपादक: गुरुनाथ पांडुरंग बनोटे

REJU

ग्लॅमरस
हेअरस्टाईलीस्ट

दिपावलीच्या हार्दिक शुभेच्छा









श्री. एकनाथ मोरेश्वर शेलार

शिवसेना अंबरनाथ मा. तालुका प्रमुख

संस्थापक / कार्याध्यक्ष	: युवक मंडळ, वांगणी (रजि.)
सरचिटणीस	: श्री गांवफंड संस्था, वांगणी
सन्मा. सदस्य	: अभिनव ज्ञान मंदिर संस्था, कर्जत
शालेय समिती सदस्य	: महात्मा फुले विद्यामंदिर संस्था, वांगणी
संस्थापक सन्मा. सदस्य	: कोकण पर्यटन विकास संस्था, वांगणी (रजि.)
नायब तपास अधिकारी, महाराष्ट्र	: द नॅशनल अँटीकरप्शन टायगर संस्थान, नवी दिल्ली
संचालक	: साई समर्थ ट्रेडर्स, साईकृपा बी. एम. एस., घरकुल इस्टेट एजन्सी, अजिंक्य बिल्डर्स अॅन्ड डेव्हलपर्स, श्री सद्गुरु कृपा ऑटोमोबाईल्स अॅन्ड पेट्रोलियम, कल्याण-कर्जत रोड, वांगणी

कार्यालय : साई समर्थ बिल्डींग, महात्मा फुले हायस्कूल जवळ, वांगणी, ता. अंबरनाथ, जि. ठाणे 421 503

फोन : कार्यालय : 0251-2660251, निवास : 0251-2660271, फॅक्स : 2660537 मो : 9822390851 / 9022241118

E-mail : eknathshelar@rediffmail.com, E-mail : shelareknath@gmail.com


२२ वर्षाची
दिवाळी अंकाची
परंपरा
दीपावली विशेषांक २०१५
दीपावली विशेषांक २०१४
दीपावली विशेषांक २०१३
दीपावली विशेषांक २०१२
दीपावली विशेषांक २०११
दीपावली विशेषांक २०१०
दीपावली विशेषांक २००९
उल्हास प्रभात
शिल्पकार.... कमळाच्या शेतीचा
@ कारगिल
यंग वन
सर्व सुखाचे रहस्य

स्थापना
१-६-१९९४

उल्हास प्रभात

वर्ष २२

दीपावली विशेषांक २०१६

न्यू दिल्ली रजि.नं. RNI NO.MAHMAR/2002/10557

संपादक: गुरुनाथ पांडुरंग बनोटे

अंतरंग

प्रत्येक घरा-घरात, आपल्या जीवनात क्षणा-क्षणाला उपयोगी पडणाऱ्या, माहितीचा आम्ही या अंकात समावेश केला आहे.

महिला, पुरुष, मुले-मुली, तरुण-तरुणी, लहानांपासून ते वयस्करांपर्यंत प्रत्येकाने वाचावा असा उपयुक्त अंक.

उल्हास प्रभात दीपावली विशेषांक २०१६

अंतरंग

याशिवाय आरोग्य विषयक माहिती, मेनू, टिप्स, विनोद, चांगले विचार आणि बरेच काही...

सहाय्य सावळाराम जाधव

मुखपृष्ठ मुंबई येथील तुषार चव्हाण

टाईप सेटिंग सौ. सुगंधा गुरुनाथ बनोटे

रंगीत सजावट भाई जाधव

अंतर्गत सजावट : कु. गौरव गुरुनाथ बनोटे, कु. सौरव गुरुनाथ बनोटे

हे साप्ताहिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक गुरुनाथ पांडुरंग बनोटे यांनी प्रिया ऑफसेट, प्रेस बाजार, साईबाबानगर, उल्हासनगर ३, ता.उल्हासनगर, जि. ठाणे. ४२१ ५०३. महाराष्ट्र. येथे छापून, ३ ओमकार दत्त अपार्ट, वाणी आळी, कुळगांव, बदलापूर (पू.) ता.अंबरनाथ, जि. ठाणे.४२१ ५०३ महाराष्ट्र येथून प्रसिध्द केले. **फोन :** ९२७०१७५४१३ / ९८५०५६४५६५ **ई-मेल:** **ulhasprabhat30@gmail.com / banotegp@gmail.com**

संपर्क : ३ ओमकार दत्त अपार्ट, वाणी आळी, कुळगांव, बदलापूर. (पू.), ता. अंबरनाथ, जि. ठाणे.४२१ ५०३ महाराष्ट्र. **कायमचा पत्ता :** मु.पो.काराव, वांगणी, ता. अंबरनाथ, जि. ठाणे. ४२१ ५०३ महाराष्ट्र.

समृध्दी यावी सोनपावली
उधळणं व्हावी सौख्याची
भाग्याचा सर्वोदय व्हावा
वर्षा व्हावी हर्षाची
इंद्रधनुष्याचे रंग फुलावेत
शुभेच्छा ही दिपावलीची!

राजू पाटील


दिपावलीच्या
हार्दिक शुभेच्छा...
शिव सेना
शशिकांत (बाळा) पातकर
नगरसेवक वॉर्ड क्र. २७
कुळगांव-बदलापूर नगरपरिषद
उल्हास प्रभात
दीपावली विशेषांक २०१६
१

संपादकिय....



नवे वर्ष

नवा दिवस, नवे वर्ष । नवी आशा, नवा हर्ष ।।
नवे विचार, नवी कल्पना । नवे पाऊल, नवी चेतना ।।
मनापासून ही एक इच्छा । दिपावलीच्या हार्दिक शुभेच्छा!

प्रत्येक वर्षाची येणारी दिवाळी म्हणजेच नविन वर्ष होय. दरवर्षी नविन वर्ष आनंदात आणि सुखा-समाधानात जावा अशीच तुम्हा आम्हा सर्वांची इच्छा असते. यावर्षीदेखील आपण हिच प्रार्थना या कर्ता-करवित्या चरणी करुयात!

आमच्या सर्व वाचक, हितचिंतक आणि जाहिरातदार यांच्या सहकार्यामुळेच बाजारात शेकडो नव-नविन दिवाळी अंक येत असताना आम्ही २२ वर्ष सातत्याने टिकून आहोत. ते केवळ आमच्यावर प्रेम करणाऱ्या आपल्यासारख्या थोरा-मोठ्या व्यक्तींमुळेच! दीपावलीच्या शुभ दिनी उल्हास प्रभातचा २२ वा दीपावली विशेषांक आपल्या हाती देताना आम्हाला अतिशय आनंद होत आहे. मात्र यावर्षी आम्हांला अनेक जाहिरातदारांना दिवाळी अंकात जाहिरात देण्यासाठी नकार द्यावा लागला. कारण उशीरा आलेल्या जाहिराती छापता येत नाहीत. आणि अंकालाही उशीर करता येत नाही. वेळेत अंक काढणे यालाच आम्ही प्राधान्य देत असून त्यामुळेच अनेक जाहिरातदारांना नाईलाजास्तव आम्हाला नकार द्यावा लागतो. त्याबद्दल आम्ही दिलगिरी व्यक्त करतो.

आमच्यावर सर्व वाचक, हितचिंतक, जाहिरातदार, वितरक आणि साहित्यिक यांनी दाखविलेल्या विश्वासाला आम्ही कधीही तडा जाऊ देणार नाही. दिवाळी निमित्त आमच्या या सर्व वाचक, हितचिंतक, जाहिरातदार साहित्यिक आणि वितरक यांना ही दीपावली सुख,समृध्दी,आनंदी आणि भरभराटीची जावो हिच ईश्वर चरणी प्रार्थना!



संपादक
गुरुनाथ पांडुरंग बनोटे



उल्हास प्रभात राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१६ क्षणचित्रे

उल्हास प्रभात राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१६ क्षणचित्रे

उल्हास प्रभात राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा क्षणचित्रे


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१६


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१३


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१३


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१३


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१४


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१४


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१४


राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१४



दिपावलीच्या हार्दिक शुभेच्छा







श्री. सुरेशदादा टोकरे
अध्यक्ष, रायगड जिल्हा परिषद
अलिबाग

श्री. मंगेश म्हस्कर
सदस्य
ग्रामपंचायत नेरळ



आयुष पेंटस्

एशियन पेंटस्चे अधिकृत डिलर

कॉम्प्युटराईज्ड् २५ हजार कलर शेड बनवून मिळतील.
वॉटर प्रुफिंगची कामे करुन मिळतील.

शिक्का वॉटर प्रुफिंग केमिकल

प्रो.प्रा. बाळासाहेब मस्के
शॉप नं. ४, श्री साई श्याम को. ऑप. हौ. सोसा. लि.,
घोरपडे चौक, एम.आय.डी.सी. रोड,
कात्रप, बदलापूर (पू)
फोन: ०२५१-२६९१०००
मोबा.: ७७०९७६६९६

हार्दिक शुभेच्छा





श्री. हरिश्चंद्र थोरात
मा. अध्यक्ष
ब्लॉक काँग्रेस कमिटी
कुळगांव-बदलापूर शहर





मोलकरीण बनली मालकीण

 - **सुरेश देहेरकर** मुलुंड मुंबई. 

मी स. दा. खरे आणि विश्वास साळुंखे आम्ही दोघेही सिंहपुरचे. दोघेही मॅट्रीक पास झाल्यावर फॉरेष्ट ट्रेनिंगसाठी चंद्रपुरला गेलो. त्यावेळी जंगल खात्यात नोकरी करायला कुणी तयार नसायचे. अगदी ३४-३६ इंच छाती असलेल्यांची पण जंगलात जायची हिंमत नसायची. जंगलमे मंगल हे बोलायला ठीक आहे प्रत्यक्षात मंगल नसून हिंस्त्र पशुंची, लाकडांची तस्करी करणाऱ्या टोळ्यांची दंगल असायची. जंगल खात्यातली नोकरी करायला लोकांना भीती वाटायची. तेव्हा जंगलात वाघ मुक्तपणे वावरत असत. इतर पशुंचे सोडा पण वाघापुढे जायला कोण तयार होणार? आम्हा दोघांना मात्र जंगलाची आवड असल्याने आम्ही फॉरेष्टर व्हायचे टरवले होते. तेव्हा वाघांना अरण्यात भय नसल्याने अभयारण्यची गरज नव्हती. वाघाला लांबून पाहिले तरी भल्याभल्यांची चड्डी पिवळी होत असे. पण एक बरे होते. ते म्हणजे फॉरेष्ट ऑफिसरला स्वसंरक्षणासाठी बंदुकीचा परवाना सहज मिळे. तसेच निर्बिड अरण्यात जाण्यासाठी घोडा भत्ताही मिळे. नंतर मोटर सायकली आल्या व घोडाभत्ता बंद झाला. त्यावेळी पोलिस खात्यात व जंगल खात्यात काम करणाऱ्या तरुणाला कुणी मुलगी द्यायला तयार होत नसे. कारण जंगल खात्यातल्या माणसाचे अर्धे अधिक आयुष्य जंगलातच जायचे. तर पोलिसांना गुंड-मवाल्यांचा व चोर, डाकूंचा कायम धोका असायचा. मग जाणून बुजून वधू पित्याने आपली मुलगी का म्हणून या लोकांना द्यावी. शिवाय शहरात वाढलेल्या मुली जंगल खात्यातल्या गार्ड, फॉरेष्ट या पोस्टवर काम करत असलेल्या मुलांना चक्क नाही म्हणत. त्यामुळे पोलिस व फॉरेष्ट असलेल्या मुलांना नोकरी असून सुध्दा छोकरी मिळत नसे. परिणामी फॉरेष्टर असलेल्या बहुतेक मुलांची लग्ने ३० च्या पुढेच होत. सध्या माझे वय ३५ वर्षाचे झाले होते. पण मी आशा सोडली नाही. शेवटी माणूस

आशेवरच जगत असतो. माझ हो मन म्हणत होतं की कुठली तरी तरुणी आशा बनून माझ्या जीवनात नक्की येईल. आणि त्याच आशेवर मी जगत होतो.

आता परिस्थिती बदलली आहे. जंगलामध्ये होत असलेली बेसुमार वृक्षतोड व लाकडाच्या तस्करीने जंगले नष्ट होण्याच्या मार्गावर आहेत. सुंदर फुलझाडे, फळझाडे, डोंगर, दऱ्या, मोटमोठे वृक्ष आता राहिलेत कुठे? आताची जंगले वैराण व भकास झाली आहेत. वाघ, सिंह तर कधीच निघून गेलेत. पण छोटे छोटे प्राणीही नामशेष व्हायच्या मार्गावर आहेत. जंगले नष्ट होत चालल्याने पर्यावरणालाही धोका निर्माण झाला आहे. माझा मित्र विश्वासचे लग्न वयाच्या ३० व्या वर्षी झाले. पण मी ब्राम्हण समाजाचा असल्याने माझे लग्न या ना त्या कारणाने लांबणीवर पडत चालले होते. उच्चवर्णीय, सुशिक्षित व उच्चभ्रु समाजातील मुली मला चक्क नकार देत होत्या. आणि मी नकारा मागून नकार पचवत होतो. विश्वासच्या लग्नाला ५ वर्षे झाली. तरी माझ्या लग्नाचा पत्ता नव्हता. माझे सर्व मित्र माझ्या लग्नासाठी प्रयत्न करत होते. पण त्यांना यश येत नव्हते. चांद्यावरुन माझी बदली सिंहपुरला झाली. मी आणि विश्वास दोघेही सिंहपुरचे असल्याने साहजिकच मला आनंद झाला. शिवाय विश्वासही सिंहपुरचाच होता. त्याच्या क्वार्टर जवळच मला क्वार्टर मिळाली. मलाही बरे वाटले. माझ्या समोर प्रश्न होता तो मोलकरणीचा. मला पूर्ण वेळ मोलकरीण हवी होती. मग आम्ही दोघेही कामाला लागलो. आमच्या हाताखाली जे गार्ड असतात त्यांनाही आम्ही मोलकरणीसाठी प्रयत्न करायला सांगितले. आमच्या प्रयत्नांना यश आले व एक दिवस एक बाई माझ्या क्वार्टरवर आली. त्या दिवशी विश्वासही माझ्या खोलीवर आला होता. बाईला माझा पत्ता आमच्या एका गार्डने दिला होता.

विश्वासने बेल वाजल्यावर दरवाजा उघडला. विश्वासच्या पाठीमागुन ती बाई हॉलमध्ये आली. तिच्या रुपाकडे पाहून आम्ही दोघेही आश्चर्यचकित झालो व वेड्यासारखे तिच्याकडे पाहतच राहिलो. तिला बसा म्हणून सांगण्याचे साधे सौजन्यही आम्ही दाखवले नाही. हसून तिच म्हणाली, अहो साहेब असे काय पाहता माझ्याकडे? कधी बाई पाहिली आहे की नाही? मी काय भूत आहे. की प्रदर्शनातील वस्तू, की प्राणी संग्रहालयातला एखादा न पाहिलेला प्राणी? तिच्या प्रश्नाच्या सरबत्तीने आम्ही भानावर आलो. स्वत:ची लाज वाटून म्हणालो, बाई आम्हाला माफ करा. पण तुम्ही एवढ्या सुंदर व देखण्या आहात की आमचा विश्वासच बसला नाही की तुम्ही मोलकरीण आहात म्हणून. तुम्ही बसा मग आपण बोलु. बर तुम्ही काय घेणार? चहा की कॉफी? मला काहीही चालेल तुम्ही दोघे जे पेय पिता तेच मला द्या. माझ्यासाठी वेगळे काही नको. विश्वास जा रे आपल्या तिघांसाठी कॉफी कर. मी विश्वासला किचनमध्ये पाटवले. व बाईशी संभाषण चालू टेवले. मी त्यांना माझी ओळख करुन दिली. व मलाच पूर्ण वेळ रात्र सोडून मोलकरीण हवी आहे असं सांगितले. तसेच आजुबाजुला मोलकरणीला जो पगार देतात त्यापेक्षा दोन पैसे जास्त देईन असेही सांगितले. साहेब मी तुमच्या मित्राला कॉफी करण्यासाठी मदत करते. चालेल. वा का नाही चालणार. तुमच्या हातची कॉफी, विश्वासनी केलेल्या कॉफीपेक्षाही गोड असणार यात शंका नाही. जा तुम्ही किचनमध्ये आणि आमचे घर ही आतुन बाहेरुन बघून घ्या. हा विश्वास माझा जीवलग मित्र आहे. तेव्हा तुम्ही काही संकोच करु नका. मी कशाला संकोच करु. जिथे काम करावयाचे आहे तिथे संकोच करुन कसं चालेल होय ना! ती असे म्हणून किचनमध्ये गेली. त्या बाई प्रथम भेटीतच आवडल्या होत्या. म्हणून मी विश्वासला ओरडून सांगितले की विश्वास बाईची हरकत नसेल व जर का त्यांना वेळ असेल तर आपल्या तिघांकरीता कांदापोहे ही करायला सांग. त्या बाईनी जास्त वेळ थांबावे म्हणून मी ती युक्ती केली होती.

ती बाई सावळ्या रंगाची होती. तरीही सुंदर व आकर्षक होती. चांगली उंच होती. अंगाने धष्टपुष्ट होती. तिची छाती भरदार होती. तिची ती छाती पाहून कुणाच्याही छातीत कळ आली असती. तशी ती माझ्याही आली. तिच्या छातीकडे डोळे भरुन पाहण्याची मात्र कुणाची हिंमत झाली नसती. त्या छातीवरची वक्षस्थळे पाहून कुणाच्याही अंगाला घाम सुटला असता. तिचे ते छातीवरचे वैभव पाहून मी थक्क झालो. तिचे सर्व अवयव आखीव-रेखीव होते. दरवाज्यातून हॉलपर्यंत येताना तिच्या नितंबाची होणारी हालचाल अतिशय आकर्षक व विलोभनीय होती. तिने नऊवारी साडी नेसली होती. तिचे हास्य मोहक होते तर हसताना तिचे दात मोत्यांसारखे चमकत होते. डोळे भेदक होते. तिच्या डोळ्याला डोळा भिडवण्याची कुणातही हिंमत नव्हती. तिच्या नजरेची दाहकता सहन होण्यासारखी नव्हती. आपसूकच आमची ही नजर खाली गेली होती. एवढी सुंदर बाई मोलकरणीच्या कामाकरता आमच्याकडे आली होती. आम्ही तिला नाही म्हणणे शक्यच नव्हते. बहुधा तिला ते माहित असावे. तिच्यापुडे आम्ही नवशिके होतो. आणि ती आम्हाला अजमावत होती. मी विचारत मग्न असताना ती किचनमधून आली व माझ्यासमोर कांद्यापोहेच्यांची बशी धरुन

म्हणाली साहेब हे घ्या कांदापोहे आणि सांगा कसे काय झाले ते नाहीतर मला चांगले पदार्थ येत नाही म्हणून काढून टाकाल कामावरुन होय ना! छे ग मी असं काहीही करणार नाही. कांदापोहे येवोत अगर न येवोत. काय रे विश्वास मी बरोबर बोललो ना? विश्वासने संमती दर्शक मान डोलावली. कांदापोहे त्यावर ओल्या नारळाचा किस टाकल्याने खूपच छान झाले होते. कॉफीपण लाजबाब झाली होती. मी त्या बाईंना म्हणालो, बाई कांदापोहे खरच छान झाले होते. आणि कॉफीही चांगली झाली होती. दोन्ही गोष्टी चांगल्या होत्याच पण आणखीही एक गोष्ट छान आहे. तिने आश्चर्याने विचारले साहेब कुठली? तुम्ही स्वत: ती लाजली व म्हणाली साहेब पहिल्याच दिवशी एवढे हरभऱ्याच्या झाडावर चढवू नका. नाहीतर म्हणाल मंजुळा काय कामाची नाही. अच्छा म्हणजे तुमचे नव मंजुळा आहे तर. वा चांगले नाव आहे. आणि नावाप्रमाणे तुमचा आवाजही मंजुळ आहे. सारखा ऐकत राहावा असे वाटते. ती हसून म्हणाली मग उद्यापासून आपण टी.व्ही., रेडीओ बंद करु आणि माझा आवाजच ऐकत राहू चालेल! मला चालेल तुम्ही काय ते टरवा.

होय साहेब तुम्ही म्हणता ते खरे आहे. आजपर्यंत ज्यांच्याकडे मी कामाला होते. त्या सर्वांना माझा आवाज खूप आवडायचा. नुसता आवाजच नाही तर मी ही आवडायचे पण त्यांच्या बायका मात्र कायम माझ्याकडे संशयाने पाहायच्या जणू काही मीच त्यांच्या नवऱ्यांना माझ्या नादी लावते. असे त्यांना वाटे. एकवेळ पुरुष पत्करले पण बायका नाही. त्यामुळे दोन-तीन महिन्यापेक्षा जास्त काम मला एके ठिकाणी करता आले नाही. ह्यात माझा काय दोष? सौंदर्य हे कधी-कधी शाप असते असे म्हणतात ते काही खोटे नाही. बरं झाल तुम्ही अविवाहित आहात. घ्याल ना मला सांभाळून. हो नक्की घेईन तू काही काळजी करु नको. पण मला सांग तुला महिन्याचे किती पैसे द्यायचे. ती हसून म्हणाली, तुम्ही द्याल तेवढे.अहो पैशाला कोण नाही म्हणते का? कितीही मिळाले तरी ते कमीच वाटतात होय ना! होय अगदी खरे आहे ते. हे बघा साहेब मी मोलकरीण आहे. पण माझे मोल करु नका. माझे मोल टरवायला जाणकारच हवा. बाईचा आत्मविश्वास व विनधास्तपणा पाहून आम्ही चाट पडलो. तिचा सेन्स ऑफ ह्युमर ही चांगला होता. याचा अर्थ ती शिकलेली होती. थोडे थांबून ती पुढे म्हणाली आता मला सांगा मला किती तास काम करावे लागेल. माझ्या कामाची वेळ काय राहील. हे बघ मंजुळा मी एकटा आणि अविवाहित आहे. त्यातच मला जेवण वगैरे करता येत नाही. त्यामुळे मला पूर्ण वेळ मोलकरीण हवी आहे. थोडक्यात सांगायचे तर सकाळी ७ ते संध्याकाळी ७ पर्यंत तु मला हवी आहेस. म्हणजे १२ तास ड्युटी झाली की. हो १२ तास पण कामाचे मला बारा वाजवायचे नाहीत बरं. मी एकदा घरातून बाहेर पडलो की सातच्या आत घरात येणार नाही. मधल्या काळात तू झोपु शकतेस, विश्रांती घेऊ शकतेस, टी.व्ही. पाहू शकते. शिवाय किचनची मालकीण तर तूच आहेस काय हव ते खाऊ शकतेस. सकाळचा चहा, नाश्ता, दुपारचे जेवण व संध्याकाळचा चहा या साऱ्या गोष्टी तुझ्याकरता फ्री आहेत चालेल ना? साहेब मी आपली आभारी आहे. पण माझी एक विनंती आहे. ती म्हणजे महिन्याचे चार रविवार मला सुट्टी हवी. सुट्टीच्या दिवशी मी माझ्या आईकडे मुलाला पाहण्यासाठी जाते. कारण माझ्या पतीचे निधन झाल्यावर मी माझ्या मुलाला त्याच्या शिक्षणासाठी आईकडे टेवले आहे. सध्या तो ७ वीत आहे. तो आईकडे असल्यामुळे मी ही मोलकरणीची कामे तरी करु शकते. नाहीतर माझे काही खरे नव्हते. तरीपण जर रविवारी तुम्हाला माझी गरज लागली तर मी नक्की येईन. तुमची गैरसोय होणार नाही याची काळजी घेईन.

थॅक्यु मंजुळा. पण मी तुला एक खाजगी प्रश्न विचारतो. चालेल का? अर्थात या प्रश्नाचे उत्तर द्यायला तु बांधील नाहीस.

विचारा ना साहेब एक काय दहा प्रश्न विचारा. मला सांग तू तुझ्या पतीच्या निधनानंतर दुसरे लग्न का केले नाहीस ? तुझ्याशी कुणीही लग्न केले असते. कारण तू खूप सुंदर आहेस. निरोगी आहेस. शरीरानी आणि मनानीही चांगली आहेस. मग दुसरे लग्न का नाही केलेस ? साहेब तुमच्या प्रश्नातच माझे उत्तर आहे. माझ्या निरोगी शरीराकडे व सौंदर्याकडे बघुन कुणीही माझ्याशी लग्न केले असते. परंतु त्या सर्वांना मी हवी होते. माझ्या मुलासहीत माझा स्विकार करणारा कुणी नव्हता. आणि मला ते नको होते. कुठल्याही परिस्थितीत मी माझ्या मुलाला वाऱ्यावर सोडू शकत नाही. माझ्या आयुष्याचे नियतीने बारा वाजवले पण माझ्या जीवत जीव असेपर्यंत मी माझ्या मुलाच्या आयुष्याचे बारा वाजू देणार नाही. मग मला कितीही त्याग करावा लागला तरी चालेल पण माझ्या मुलासहित माझा स्विकार करणारा कुणी भेटला तर मी नक्की विचार करेन. तिच्या डोळ्यात पाणी आले होते. आणि म्हणून मी तिची समजूत घालण्याकरता म्हणालो सॉरी मी तुला हा प्रश्न विचारायला नको होता.

मी विश्वासला जेव्हा मंजुळे विषयी सांगितले तेव्हा त्यालाही आश्चर्य वाटले. माझ्या आयुष्यात स्त्री येण्याचा हा पहिलाच प्रसंग होता. त्यामुळे मी गडबडून गेलो होतो. विश्वासनी मला धीर दिला व म्हटले सदा काही काळजी करु नको. ही बाई तुझे जीवनच बदलून टाकेल बघ. मंजुळेचे आणि माझे ट्युनिंग चांगले जमले. मी तिची थट्टा मस्करी करु लागलो. ती ही माझी थट्टा मस्करी करु लागली. ती माझ्या घरात चांगलीच रुळली. मलाही तिच्या शिवाय करमेनासे झाले. मी तिच्या बरोबर अनेक वेळा शॉपिंगला, पिक्चरला गेलो. पण तिने कधीही नाही म्हटले नाही. मला एक गोष्ट कळुन चुकले की माझा सहवास तिला हवाहवासा वाटत होता. माझ्या स्पर्शाने तिच्या चेहऱ्यावर लाली चढायची. माझ्याही अंगावर रोमांच उभे राहायचे. आम्ही दोघेही शरीराने व मनाने जवळ येत चाललो होतो. मला कळत नव्हते. की हे प्रेम आहे की वासना आहे. का आणखी काहीतरी. विश्वास म्हणत होता की मी प्रेमात पडलो आहे. मलाही तसेच वाटू लागले.

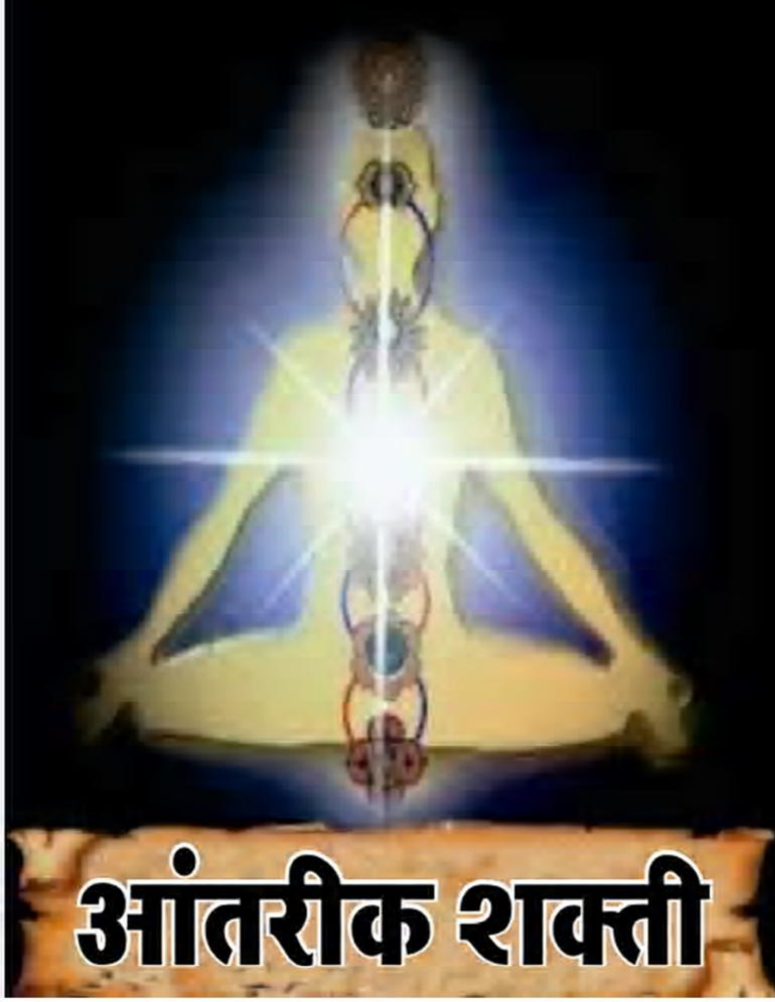
त्या दिवशी माझे खूप डोके दुखत असल्याने मी ऑफीसमधून लवकर घरी आलो. मंजुळेनी दरवाजा उघडला. मला दरवाज्यात पाहून ती आश्चर्याने म्हणाली, साहेब आज तुम्ही लवकर घरी आलात. आज आऊट डोअर ड्युटी नाही वाटतं. हो ग आज जंगलात जायचे नव्हते. हेड ऑफीसला काम होते. परंतु माझेच हेड दुखत असल्याने लवकर घरी आलो आहे. मला सुंटेचा चहा करुन देशील का ? हो का नाही. तुम्ही माझे साहेब आहात आणि मी तुमची दासी. आणि चहाच का ? मी प्रथम तुमच्या डोक्याला तेल लावून मॉलीश करते आणि कपाळाला बाम लावून देते. बघा तुमची डोकेदुखी कशी पळवून लावते. तिने मला पलंगावर झोपवले. माझ्या कपाळाला बाम लावला. खोबरेल तेल घेऊन माझ्या डोक्याला लावले. आणि मॉलीश केली. त्यानंतर मला सुंटेचा चहा करुन दिला. तो चहा मला अमृततुल्य वाटला आणि बरेही वाटले. मला तिचे वागणे अनाकलीन वाटले. परक्या स्त्रीकडून सेवा करुन घ्यायची माझी पहिलीच वेळ होती. पण तिचे वागणे मला मनापासून आवडले. मी मनात म्हटले देखील की बाई फटकळ आहे, बिनधास्त आहे पण प्रेमळ देखील तेवढीच आहे. बायकांपासून मी नेहमीच चार हात लांब राहत असे. पण का कोण जाणे माझे पुर्वीचे वागणे चुकीचे होते असे मला वाटू लागले. मंजुळा माझ्याशी नेहमीच आपुलकीने व आदराने वागू लागली. माझा स्त्रियांकडे बघण्याचा दृष्टीकोन बदलत चालला होता. एकदा तिला मी न राहवून विचारले. मंजुळा तु माझ्याशी प्रेमाने वागतेस. आपुलकी दाखवतेस. माझा आदर करतेस. या मागे तुझी काही अपेक्षा


दिपावलीच्या हार्दिक शुभेच्छा
रामभाऊ पातकर
माजी नगराध्यक्ष
माजी नगरसेवक
कुळगांव-बदलापूर नगरपरिषद
उल्हास प्रभात
दीपावली विशेषांक २०१६
२२

आहे का? साहेब माझे काही चुकले का? नाही ग बाई तुझे काहीच चुकले नाही. पण मला वाटते तु माझ्यापासून काहीतरी लपवत आहेस खरे ना? तु अगदी खरेखुरे सांग. मी तुझ्यावर अजिबात रागावणार नाही. मग तर झालं.

होय साहेब! खर आहे तुमचे म्हणणे. तुम्हाला पाहिल्यापासून मला माझ्या स्वर्गीय पतीची आठवण येते. तुमच्यात आणि माझ्या नवऱ्यात कमालीचे साम्य आहे. तिने पर्समधून फोटो काढून मला दाखवला. तो फोटो पाहून मी चकीत झालो. कारण तिच्या मृत नवऱ्यात आणि माझ्यात कमालीचे साम्य होते. त्या दिवसापासून तिच्याकडे पाहण्याचा माझा दृष्टीकोनच बदलला. त्या रात्री मला स्वप्न पडले. स्वप्नात मंजुळा आली व मला म्हणाली साहेब मी आत येऊ. अग ये ना! मी तुझीच वाट पाहत आहे. मी दोन्ही हात पसरले. ती धावत येऊन मला बिलगली. मी तिला मिटीत घेतली व माझ्या छातीशी धरली. तिचे दोन्ही वक्षस्थळे माझ्या छातीवर दाबली गेली. मी माझी मिटी आणखी घट्ट केली. व आवेगाने तिच्यावर चुंबनाचा वर्षाव केला. तिने मुळीच प्रतिकार केला नाही. मला स्वर्ग सुखाचा आनंद मिळत होता. तिच्या चेहऱ्यावर ही लाली पसरली होती. आणि चेहऱ्यावर समाधान स्पष्टपणे दिसत होते. आम्ही दोघे हॉलमधून बेडरुममध्ये गेलो. तिने तिचे पूर्ण शरीर माझ्या हवाली केले व म्हणाली साहेब या देहावर आता तुमची मालकी आहे. काय हव ते करा. माझं तुमच्यावर मनापासून प्रेम आहे. माझ्या मुलाला मात्र माझ्यापासून तोडू नका. मी तिला जवळ ओढली व ओटावर ओट टेकवून म्हणालो, मंजुळा मलाही तु हवी आहेस पण मोलकरीण म्हणून नव्हे तर मालकीन म्हणून. माझ्या घराची मालकीण माझ्या हृदयाची मालकीण. होय रे राजा! मला ते माहीत आहे. आम्हा बायकाना पुरुषाच्या मनातले विचार लगेच समजतात. आता वेळ घालवू नकोस मी सर्वस्वी तुझीच आहे. काय हवं ते कर. मी तिला आवेगाने पुन्हा जवळ ओढली. व रात्रभर संभोग सुखाचा आनंद घेत राहिलो. दोघांचेही पूर्ण समाधान झाल्यावर एकमेकांच्या मिटीत झोपी गेलो. सकाळी उटल्यावर रात्री पडलेल्या स्वप्नाची आठवण होऊन लज्जीत झालो. कधी एकदा मंजुळेला पाहते असे मला झाले होते. बरोबर ७ वाजता मंजुळा आली. मी दरवाजा उघडला. मंजुळा आज खुपच सुंदर दिसत होती. मला पाहताच तिच्या चेहऱ्यावर लाली पसरली व ती गोड हसली. घरात आल्यावर नेहमीप्रमाणे ती किचनमध्ये शिरली. मी ही तिच्या पाटोपाट किचनमध्ये गेलो. ती पाटमोरी असतानाच मी तिला मिटी मारली आणि म्हणालो, मंजुळा आय लव्ह यू! आय लव्ह यू व्हेरी मच तिला काहीही बोलायची संधी न देता तिच्या ओटांचे चुंबन घेतले. पुढे मीच म्हणालो, मंजुळा मी तुझ्याशी लग्न करणार आहे आणि तुझ्या मुलाचाही स्विकार करणार आहे. आता तुझा मुलगा आपल्या दोघांचा मुलगा असेल. मान्य आहे का तुला? ती म्हणाली साहेब मला टाऊक होते की माझ्यावर तुमचे मनापासून प्रेम आहे. आणि माझ्या मुलासहित तुम्ही माझा स्विकार कराल कारण तुम्ही माणूस नाही देवमाणूस आहात.

नाही ग मी देवमाणूस नाही तर जंगली माणूस आहे. कळलं. पण तुझा होकार मला शब्दात नको? तर मग कशात हवं? शब्द ज्या ओटाबाहेर पडतात ना तिथून. हो का? काय करणार नवरोबाचे म्हणणे ऐकायला पाहिजे खरं ना! असे बोलुन तिने तिचे गुलाबी ओट माझ्या ओटावर टेकवले व दीर्घ चुंबन घेतले. मी तिला म्हणालो, थँक्यू आता विश्वासला ही बातमी सांगायलाच हवी. कारण आपण नोंदणी पध्दतीने लग्न करणार आहोत व साक्षीदार म्हणून आपल्याला विश्वासची गरज लागेल ना? अखेर नोंदणी पध्दतीने आमचे लग्न झाले. मंजुळा आता मोलकरीण नव्हे तर मालकीण झाली. ●



आंतरीक शक्ती

- उमेश गंगाधर पारसकर बदलापूर

माझ्या बालपणी जेव्हा मी सातवीत शिकत होतो तेव्हा नारायण नावाचा माझा एक वर्ग मित्र होता. माझ्या वडीलांची बदली शहरात झाली असल्यामुळे ते शहर आम्हाला नवीनच होते. दसऱ्याचा सण जवळ आला होता. तेव्हा नारायणाने मला सांगितले की, या दसऱ्याला सकाळी तु आमच्याकडे ये. देवीची आरती सालाबादप्रमाणे खूप जोरात ढोल ताशांच्या गजरात केली जाणार आहे. व त्या आरतीच्या वेळी माझ्या बाबांच्या अंगात देवी येते व इथल्या प्रथेप्रमाणे दहा गाड्या (बैल नसलेल्या) एकाला एक बांधून ती दोरी माझ्या वडीलांच्या मानेभोवती बांधली जाते व देवी अंगात आलेल्या स्थितीत माझे वडील त्या गाड्या शहरात सर्वत्र फिरवतात. मी नारायणाच्या वडीलांना बघितलं होतं. ते अगदी किरकोळ यष्टीचे साठी पार केलेले वृध्द ग्रहस्थ होते. तेव्हा नारायणाने सांगितलेल्या वरील गोष्टींवर माझा विश्वास बसेना. तेव्हा खरं काय ते बघायला दसऱ्याच्या दिवशी मी नारायणाच्या घरी आरतीच्या वेळेत गेलो. त्याच्या घरासमोर दहा गाड्या एकाला एक बांधून सज्ज ठेवलेल्या मला दिसल्या. थोड्याच वेळाने ढोल ताश्याच्या गजरात आरतीला सुरुवात झाली. आरती सुरु झाल्या-झाल्या त्याच्या वडीलांचे संपुर्ण अंग हलायला लागले. व ते हळुहळु इतके वाढले की त्यांना आवरणे कठीण झाले. तेव्हा काही लोकांनी त्यांना धरुन वरील गाड्यांजवळ आणले व एकाला एक दोरीने बांधलेल्या त्या गाड्यांची दोरी नारायणच्या वडीलांच्या मानेला बांधली. देवी अंगात आलेल्या स्थितीत नारायणच्या वडीलांनी त्यांची मान आणि दोरी यांच्यामध्ये दोन्ही हाताचे पंजे टेऊन ती दोरी घट्ट धरली व त्याच स्थितीत तोंडातून हु हु. आवाज करीत त्यांनी गाड्या ओढायला सुरुवात केली. व शहराच्या संपुर्ण मुख्य रस्त्यावर ओढत ओढत न्यायला सुरुवात केली. त्या काळात म्हणजेच १९५३ मध्ये शहरात काही डांबरी रोड नव्हते. व अशा कच्च्या दगडाच्या रोडवर त्यांनी त्या गाड्या एक तास फिरवून आपल्या घरासमोर आणून लावलेल्या मी स्वत: आपल्या डोळ्यांनी बघितले. हा अद्‌भूत प्रकार बघून

मला आश्चर्याचा धक्काच बसला. एक किरकोळ ग्रहस्थ जो सामान्य स्थितीत चाळीस किलो वजन उचलू शकत नाही. त्याने दहा गाड्यांचे ओझे अंगात देवी आलेल्या स्थितीत कसे ओढले असावे ? याच्या मागे काय कारण असावे. तसेच देवी अंगात आलेल्या स्थितीत त्यांच्या अंगात एवढी शक्ती कुठून आली असावी ? हा माझ्याकरीता एक अभ्यासाचा विषय ठरला.

आजच्या वैज्ञानिक युगात दूरदर्शनच्या साहाय्याने आपल्याला असे अद्भूत प्रकार बघायला मिळतात. उदा. आपल्या पापणीच्या केसाच्या साहाय्याने दोर बांधून कार खेचणे किंवा आपल्या केसांना दोऱ्या बांधून कार खेचणे इत्यादी प्रकार आजही आपल्याला प्रत्यक्ष बघायला मिळते. अशा अद्भूत प्रकारांच्या कारणांच्या शोधार्थ मी असताना आपल्या ऋषीमुनींच्या चमत्कारांचे अनेक किस्से त्यांच्या कारणांसहीत माझ्या वाचनात आले. आजही तिबेट किंवा हिमालयात असे अनेक ऋषीगण आहेत. जे निमर्नुष्य जंगलात राहून योग साधना करतात व वर्षानुवर्षाच्या साधनेमुळे त्यांना सिध्दी प्राप्त होते. उदा. योग साधनेने जमिनीच्या वर हवेत १५० किलोमीटरच्या गतीने धावून एका स्थानावरुन दुसऱ्या स्थानावर जाणे, पाण्यावर तोल सांभाळून चालणे, पेटलेल्या आगीमधून चालून निघणे, फुटलेल्या काचांवरुन निर्विघ्नपणे चालणे इ. या सगळ्या अद्भूत प्रकारांचा उलगडा मला तेव्हा झाला जेव्हा मानवाच्या आतंरिक सुप्त शक्तींबद्दल माझ्या वाचनात आले. मानवाच्या त्या सुप्त शक्तीबद्दल मी वाचले ते असे आहे. सर्व प्रथम परमात्म्याने जलचर प्राणी, थलचर प्राणी, वायुचर प्राणी व वनस्पती निर्माण केल्यानंतर त्यांचं समाधान झालं नाही. कारण वरील सर्व प्राणी व वनस्पती खाणं, पिणं आणि उत्पादन करणे हेच त्यांचे मूळ सृजनशील गुण असल्यामुळे सामाजिक विकास करु शकणं त्यांना शक्यच नव्हतं. तेव्हा सामाजिक विकास घडविण्याकरीता या सर्वांपेक्षा कुशाग्र बुध्दी प्रदान केलेल्या मानवांची त्यांनी निर्मिती केली.

एकदा सर्व थोर देवांच्या सभेत एका सर्वात थोर देवाने एक प्रस्ताव सर्व देवांपुढे टेवला की, जरी आपण माणसाला कुशाग्र बुध्दी प्रदान केली पण शक्तीने तो इतर प्राण्यांच्या तुलनेत खूपच कमी पडायला लागला तेव्हा त्यांनी ब्रम्हदेवांना विनंती केली की मानवाला भरपूर शक्ती प्रदान केली पाहिजे. तेव्हा ब्रम्हदेवाने सगळ्यात शेवटी एक अद्भूत मानवी शरीर यंत्रांची रचना करुन इतर प्राण्यांच्या तुलनेत विचार करायची कुशाग्र बुध्दी दिली. जी कुठल्याही प्राण्यात नसते. व या पंचमहाभूते (भूमी, जल, अग्नी, वायु व आकाश) व मन, बुध्दी, अहंकार यांचा उपयोग करुन एक शरीरयंत्र तयार केले. त्यात दंशेंद्रीय स्थूल व सूक्ष्मगुण इ. प्रदान करुन त्या यंत्राचे नाव मानव असे दिले व त्या अपेक्षेप्रमाणे हा मानव आपल्या बुध्दीने काही प्रगती घडवू शकेल या हेतूनेच हे मानव नामक अद्भूत यंत्र तयार केले. हे सगळं केल्यानंतर मानवाची शारीरिक शक्ती कमी पडत असल्यामुळे त्याला शक्ती देणे ही आवश्यक ठरले. तेव्हा त्या सभेत ब्रम्हदेवानी मानवाला देण्याकरीता योग्य ती महाशक्ती निर्माण केली व आता ही महाशक्ती मानवाला देण्याकरीता प्रस्ताव ठेवला. तेव्हा एका थोर देवाने एक प्रश्न उपस्थित केला की, आपण माणसाला बुध्दी तर दिलेली आहेच आणि जर ही महाशक्ती त्याला प्रदान केली तर त्या बुध्दी व महाशक्तीच्या साहाय्याने दुष्ट प्रवृत्तीचे मानव काही विनाश घडवून आणू शकतात. व त्यामुळे प्रकृतीचे असंतुलन वेळोवेळी होण्याची शक्यता नाकारु शकणार नाही. या विचाराशी सर्वच सहमत झाले म्हणून सर्वांनी मिळून असे ठरविले की ही अद्भूत शक्ती मानवाला देऊ नये.

आता ही निर्माण केलेली महाशक्ती ठेवायची कुठे असा प्रश्न पडला. जेणेकरुन माणूस तिथपर्यंत पोचू शकणार नाही. तेव्हा बरेच प्रस्ताव पुढे आले. त्या शक्तीला हिमालयाच्या शिखरावर ठेवावे की, समुद्राच्या आत मध्यभागी ठेवावे. पण हे सगळे प्रस्ताव योग्य नव्हते. कारण मानवाला बुध्दी असल्यामुळे बुध्दीच्या साहाय्याने तो कुठेही पोहचून ती शक्ती प्राप्त करु शकला असता. तेव्हा त्या शक्तीला गुप्त रुपात कुठे ठेवायचे

जेणेकरुन माणूस तिथपर्यंत पोहचू शकणार नाही. ते अशक्यप्राय झाले तेव्हा एका देवाने गुप्तरुपात शक्ती ठेवायला अशी एक जागा सूचवली की जिथे सामान्य माणूस पोहचू शकणार नाही. ती जागा म्हणजे मानवाच्या शरीराच्या आत गुप्त रुपात ठेवायची जिथे सामान्य माणूस पोहचू शकणं अशक्यच आहे. तेव्हा दुसऱ्या देवाने प्रश्न उपस्थित केला की, माणूस आपल्या प्रगल्भ बुध्दीच्या साहाय्याने तिथे पण पोहचू शकतो. तेव्हा ज्या देवाने हा प्रस्ताव मांडला होता त्यांनी सांगितले की, त्या शक्तीपर्यंत पोहचायला माणसाला अंतर्मुख व्हायला लागेल व माणूस अंतर्मुख तेव्हाच होऊ शकतो जेव्हा तो योग साधनेद्वारे आपले चित्त शुध्दीकरण, यम-नियमांचे संपूर्णपणे पालन करुन अंतर्मुख होतो तेव्हाच ती महाशक्ती प्राप्त करु शकतो. आणि अंतर्मुख झालेला साधक कधीच विध्वंसक प्रवृत्तीचा असूच शकत नाही. तेव्हा हा प्रस्ताव सर्वानुमते मंजुर करुन शेवटी ती अद्‌भूत महाशक्ती मानवाच्या शरीरात ग्रंथी रुपात गुप्त ठेवण्यात आली.

संत ज्ञानेश्वरांनी आपल्या ज्ञानेश्वरीत सहाव्या अध्यायात या महाशक्तीला "कुंडलीनी" म्हटले आहे व ही महाशक्ती मानवाच्या शरीरात सप्तचक्रांच्या (मूलाधारचक्र, स्वादिष्टानचक्र, मणिपुरचक्र, अनाहतचक्र, विशुध्दचक्र, आज्ञाचक्र, सहस्त्रचक्र) रुपात ठेवण्यात आली आहे. ही अफाट शक्ती साधनेद्वारे प्राप्त करता येते व हे सगळे शक्तीचे अद्‌भूत प्रकार या ना त्या रुपाने कुंडलीनी जागृत झाल्यामुळेच होऊ शकतात. यालाच मनुष्याची "आतंरीक शक्ती" असे म्हणतात.

नेपोलियनने म्हटले आहे "Nothing is impossible in the World" या जगात कोणतेही कार्य अशक्य नाही. आतंरीक शक्ती गुप्त असल्यामुळे मनुष्य तिथपर्यंत पोहचणे म्हणजे एक अशक्यप्राय गोष्ट आहे असे आपण म्हणून शकत नाही. कारण काही लोकांना ती शक्ती कळत नकळत या ना त्या रुपाने जागृत करुन असे अद्‌भूत प्रकार करता येतात जे आपण प्रत्यक्ष बघितलेले आहे.

तात्पर्य असे की, मानवाने साधना करुन श्री. ज्ञानेश्वरीत सांगितल्याप्रमाणे अंतर्मुख होऊन व सप्तचक्र जागृत करुन त्या कुंडलीनीला सद्‌गुरुच्या मार्गदर्शनाने जागृत करावी. म्हणजेच त्याला आंतरीक शक्ती प्राप्त होईल. व त्या शक्तीचा सदुपयोग करुन सामाजिक हितासाठी ती शक्ती वापरावी जेणेकरुन जनकल्याणाचे सत्कार्य त्यांच्या हातून घडून त्यांना मन :शांती प्राप्त होईल.

"बहुजन हिताय बहुजन सुखाय", ही "जीवन विद्या" ची संकल्पना पूर्ण होऊ शकेल. ●

टीजेएसबी सहकारी बँक लिमिटेड. मल्टी-स्टेट शेड्यूल्ड बँक



This Diwali Spread Happiness With

Simple Click, **Easy** Actions & **Fast** Transactions



टीजेएसबी सहकारी बँक परिवारातर्फे सर्वांना

दिवाळीच्या हार्दिक शुभेच्छा!

UPI UNIFIED PAYMENTS INTERFACE

GET IT ON Google Play



tjsbonline | tjsbbank | tjsbbank | tjsb-sahakari-bank-ltd

प्रशासकीय आणि नोंदणीकृत कार्यालय : टी जे एस् बी हाऊस, प्लॉट क्र. बी ५, रोड क्र. २, वागळे इंडस्ट्रिअल इस्टेट, ठाणे (पश्चिम) - ४०० ६०४. टोल फ्री क्र.: १८०० २२३ ४६६ | www.tjsb.co.in



- **सुमन कढणे** कल्याण.

ऑफिस टेबल भराभर आवरुन बाहेर पडले रिक्षात बसून त्याला इनामदार वाड्यावर रिक्षा घ्यायला सांगितले. मन भरुन आले होते. अभी कसा असेल, सकाळपासून ताप उतरला नव्हता. आई त्याच्याजवळ बसून आहेत. मी दोन तासासाठी ऑफिसला आले. काम उरकून निघाले. पण लक्ष अभीकडेच होते. आताशा तो खुप अशक्त झालाय. खुप समजावले, जीव ओवाळून टाकलाय मी त्याच्यावर, सारं आयुष्य त्याला समर्पित केलय. मला फक्त तो हवाय माझ्या सोबत. पण माझ्या प्रेमामुळे तो अजून आगतिक होतो. दु:खी होतो. त्याच दु:खी होणंच मला त्रासदायक आहे. हे माहित असूनही तो दिवसागणिक दु:खाच्या डोहात खोलखोल चाललाय. मी काय करु की माझा अभी मला पुर्वीसारखाच खोडकर, माझी जपणूक करणारा, माझ्यावर जिवापाड प्रेम करणारा, माझ्या प्रत्येक गोष्टीसाठी झटणारा अभी मला परत मिळेल?

रिक्षा कधी घराजवळ येवून थांबली कळलेच नाही. धवातच घरात गेले. पायावर पाणी घेतले. हात धुतले आणि अभीच्या खोलीत गेले. आई चिंताग्रस्त बसलेल्या होत्या. मी आईना म्हणाले. "ताप उतरला का"? त्या म्हणाल्या हो थोडा उतरलाय. तु बैस मी आपल्यासाठी चहा करते. अभीला चहा बिस्कीट देवू या. त्या गेल्या. मी अभीचा हात हातात घेतला. एक हात केसात फिरवला . त्याने डोळे उघडले. क्षीण आवाजात म्हणाला आलीस केव्हाची वाट पाहत होतो. छोटसं स्मित ओठावरच थांबलं. डॉक्टरकाका संध्याकाळी येतो म्हणालेत. बघु नाहीतर आपण तुला हॉस्पीटलमध्ये ॲडमिट करु या. मी असं म्हणताच तो रागावून म्हणाला नाही अशु मी तिथे एकटा तू जवळ नसणार मी नाही जाणार. बरं बाबा मी पंधरा दिवसाची सुटी टाकून आले आहे. कसा बरा होत नाहीस बघते. माझ्याशी गाठ आहे. असे म्हणताच चेहऱ्यावरची वेदना लपवत म्हणाला, ही तुझी माझी गाठच चुकीची पडली ना अशु. मी त्याच्या ओठांवर बोट टेवले. म्हणाले अभी मी तुझीच आहे जन्मोजन्मी आणि तु माझा. यात काहीही बदल होणार नाही. तु मला फक्त जीवन प्रवासात साथ दे. राहिलेले सारे पुढल्या जन्मी नक्की पुरे करु. परत असे बोलुन मला त्रास देऊ नको. नेहमीसारखा अपराधी चेहरा करुन हळूच माझ्या गालाला हात लावला त्याचा हात

माझ्या हाताने तसाच गालावर टेवून मी त्याला म्हटलं अभी मला तू हवाय. या जगात तुझ्या शिवाय मला कुणी नाही रे, माझे डोळे तुडुंब वहात होते. आणि त्याचेही.

आई चहा बिस्कीट घेवून आल्या. मी अभीला दोन बिस्कीट भरवली चहा पाजला. मी पण चहा घेतला. तो माझ्याकडे एकटक पाहत होता. त्याची नजर मला वेगळी वाटत होती. मी म्हटले असा काय पाहतोस माझ्याकडे. तर म्हणाला, अग तुला डोळ्यात साटवून ठेवतोय. तुला सारखं सारखं पाहावसं वाटतं ना म्हणून. मी कुठे जातेय तुला सोडून. आपण दोघे वेगळे थोडेच होणार आहोत. आज काय सुचलय तुला हे. अस म्हणताच मला जवळ ओढून घेतलं आणि म्हणाला, आज तु मला क्षणभरही एकटा सोडू नको. आज तुझ्या स्पर्शाची उब माझ्या शरीरात नखशिंखात भरुन जावू दे. माझ अस्तित्वच संपुन जावू दे अशु. मी खूप प्रेम करतो तुझ्यावर. पण मी करंटा तुला सुख देवू शकलो नाही. मला माफ कर. मी माझ्या ओटांनी त्याचे बोलणे बंद केले. आणि म्हटलं अभी शांत असं कधी बोलायच नाही हे टरलं होत ना आपलं. काही नाही सारं चांगल होईल. आपण आपलं सहजीवन सुंदर करु तु फक्त मला साथ दे. अभी कुठे तरी शून्यात बघत होता. माझा जीव तुटत होता. हा का मला समजून घेत नाही? माझं सर्वस्व माझा अभी असा अगतिक होणं माझं ह्रदय भेदून जात होतं.

डॉक्टरकाका येवून अभीला तपासून गेले. आजची रात्र काढुया उद्या अभीला हॉस्पीटलला हलवु या. रात्री आईनी मऊ खिचडी केली. अभीने थोडीशी खाल्ली. आई आणि मी ही थोडी-थोडी खिचडी खाल्ली. अभीला औषधं दिली. त्याचे कपडे बदलले. मी ही फ्रेश होवून कपडे बदलुन आले. आई सांगून गेल्या रात्री चहा वगैरे काही लागले तर सांगा. मी अभीच्या जवळ झोपले. तर तो म्हणाला, अशू मला तुझ्या मांडीवर डोके ठेवून झोपायचयं थोडा वेळे. होय ये मी म्हटलं. मागे उशी लावून मी पाय पसरुन बसले. त्याने माझ्या कमरेला हाताचा विळखा घालून चेहरा माझ्या पोटावर ठेवला. माझा हात त्याच्या केसातून फिरत होता. आज त्याचं वेगळ वागणं मला कसतरीच वाटत होतं. "अशु मला आईच्या मांडीवर झोपल्यासारखं वाटतय गं" मी त्याला थोपटत म्हटलं होय तू कुकुल बाळच आहेस. आईसारखच सांभाळाव लागतय तुला. आता नाही देणार त्रास तुम्हा दोघींनाही. आय लव्ह यू आशु असं म्हणत हाताची मिटी त्यानी अधिक घट्ट केली. पुरे झोप आता म्हणून मी त्याच्या केसातून हात फिरवत राहिले. झोप काही येईना. डोळ्यासमोर अभीची आणि माझी पहिली भेट आठवली.

इनामदारांच्या वाड्यात वरच्या मजल्यावर दोन खोल्यांमध्ये मामाचे बिऱ्हाड थाटले होते. मी छोट-छोट सामान वर उचलून नेत होते. छोटी-छोटी भांडी भरलेली बादली घेऊन मी वर चढत होते. दोन पायऱ्या चढले असेन तोच कुणाशी तरी टक्कर झाली. कपाळात झिणझिण्या आल्या. बादली हातून निसटली. भांडी पडून घरंगळली. मी रागानेच वर पाहिले. एक मुलगा स्वत:चं कपाळ चोळत हसत होता. त्याचं हसणं माझ्या डोळ्यातील रागाचा पहारा तोडून कधी ह्रदयात शिरलं कळलच नाही. तारुण्याच्या उंबरठ्यावर असलेली मी बावरले. वेगळं काहीतरी घडलं असं वाटत होतं. पण स्वत:ला सावरले. भांडी गोळा करु लागले. तो ही मदत करु लागला. मी आईवडिलांवीना पोरकी पोर, मामाच्या आश्रयाला आले. आम्ही इनामदारांच्या वाड्यात भाड्याने राहायला आलो. मी, मामी, मामांच्या दोन मुली. इनामदार वारले होते. इनामदारबाईच सर्व कारभार पाहत होत्या. मामा त्यांच्याकडे मदतनिस म्हणून नोकरीस लागले. काम करणे सोयीचे व्हावे म्हणून ते इथे राहायला आले. इनामदारांची दोन मुले अभिजीत व आभा. अभिजीत अकरावी तर आभा आणि मी एकाच वर्गात नववीला होतो. आमच्या खोल्या छोट्या म्हणून मी आभाबरोबर अभ्यास करत असे. आभाचे अभ्यासाचे टेवल अर्धे मला मिळाले. अभीचे टेवल

वेगळे होते आम्ही तिघेही बरोबर अभ्यास करत असू. मी मात्र अभीकडे रागानेच पहत असे. तो मात्र ओटांना दुमड घालून स्मित लपवत पहायचा मग माझा राग पसार व्हायचा. मी पोरकी पोर. मामी त्रास द्यायची पण इनामदारीणबाई मात्र माझ्यावर खूप प्रेम करायच्या. त्यांनी त्यांना मी आई म्हणावं अशी ताकीदच दिली.

मामांच्या मुली, आभा, अभी आणि मी एकत्र खूप खेळायचो. खुप मस्ती करायचो. कधी-कधी पत्ते खेळत बसायचो. अभी टेबलच्या माझ्या कप्प्यात माझ्यासाठी थोडासा खाऊ कागदात बांधून टेवायचा. तो मी आभाला चुकवून खात असे. ते पाहिले की तो समाधानाने माझ्याकडे पहायचा. मौनच सारं काही सांगून जायचे. आईनी अभीला दिलेल्या खाऊत माझा वाटा असायचा. हळूहळू खाऊ बरोबर फुलेही येवू लागली. या साऱ्याचा कधी अल्लड प्रेमात रुपांतर झाले कळलेच नाही. अभी अभ्यासात मदत करायचा. मामीने त्रास दिला की मी रडायचे तो मला धीर द्यायचा. काही झाले तरी शिक्षण घेऊन मला आपल्या पायावर उभे राहिलेच पाहिजे हे सतत माझ्या मनावर बिंबवायचा. साऱ्या जगात तोच फक्त माझा आहे असं वाटायचं. आणि मी उत्साहाने अभ्यासाला लागायचे. रोज तो कॉलेजला जाताना आमच्या गॅलरीकडे पहायचा. मी उभी असायचे. मागे वळुन मला पाहिल्याशिवाय जायचा नाही, दिवसागणिक प्रेम आपुलकी वाढत होती. मलाही अभ्यासाचा ध्यासच लागला होता. रोज आईचीही छोटी-छोटी कामे मी करीत असे. त्या नेहमीच प्रेमाने मला जवळ घेत. क्षणिक का होईना मातृप्रेमाची उब मला मिळे. मी १० वीला गेले. अभी बारावीला. अभ्यास वाढला. प्रेमही वाढत राहिले. मी आभा व अभी सर्वच बोर्डाच्या परिक्षेत चांगल्या मार्कांने पास झालो. मामी माझे शिक्षण पुरे झाले म्हणाली. तरी आईनी पुढाकार घेऊन माझे शिक्षण चालू टेवले. अभीलाही इंजिनियरींग कॉलेजला प्रवेश मिळाला. हॉस्टेलला जाण्याच्या दिवशी मी, आभा आणि अभी प्रसाद घ्यायला देवघरात गेलो. प्रसाद घेतल्यावर आई आभाला घेऊन पाने वाढायला गेल्या. अभी आणि मी देवघरात होतो. अभी पटकन पुढे होऊन देवासमोरच कुंकू घेवून मला लावलं. हातातला अर्धा प्रसाद दिला. अशू तु माझी आहेस. मी लांब गेलो तरी मन तुझ्याकडे टेवून जात आहे. सांभाळ असं म्हणून गालावर हळूच हाताचा स्पर्श करुन प्रसन्न हसत बाहेर गेला. मी माझी राहिलेच नव्हते. त्याचं हृदय आणि माझे हृदय एकच होते. रागाचा पहारा तोडून आत मनात खोल शिरलेला अभी आता बाहेर येऊ शकत नव्हता. कारण डोळ्यातील पहारे सक्त झाले होते. ते अभीला बाहेर येऊ देत नव्हते. दुसऱ्या कुणालाही आत जावू देत नव्हते. अभीच्या प्रेमनो तृप्त झालेली मी उत्साहाने अभ्यास करीत असे. अभीचा रोज फोन यायचा. रोज टिकली लावताना कुंकू आणि अभी आठवत असे. माझा चेहरा लाजेने लाल व्हायचा. आरसा मला हसतोय असे वाटे. मी आरश्यासमोरुन पळून जायचे. मोरपीसासारखे अलगद दिवस जात होते. अभी दिवाळीच्या सुट्टीत येणार होता. त्याचं स्वागत कसं करु, त्याला सामोरी कशी जावू काय करु सुचत नव्हतं. दिवाळीची तयारी जोरात सुरु होती. अभी आला. मला तो दमलेला थकलेला वाटला. जातानाचा उत्साह गायब झाला होता. मला पाहुनही त्याच्या चेहऱ्यावर आनंद दिसला नाही. विचारावं तर भेट होत नव्हती. एक दिवस वाड्याबाहेर भेटला. मी विचारलं तर म्हणाला अगं अशू मी घरापासून लांब होतो. बाकी काही नाही. तु कसी आहेस. अभ्यास करतेस ना? माझ्या मनात पाल चुकचुकली. काहीतरी वेगळं वाटत होतं. अभी खोटं बोलतोय असं वाटलं. माझा अभी कुणाच्या प्रेमात तर नाही ना पडला? दिवाळीत वाड्यावर आनदी आनंद होता. पण अभी मात्र कुठेतरी हरवल्यागत वागत होता. त्याच्या नजरेतले प्रेम, आपुलकी पहायला आसुसलेली मी पण ते काही त्याच्या डोळ्यात मला

दिसले नाही. मला पाहून तो अस्वस्थ व्हायचा.

अभी आला अन् गेला. माझ्या मनात असंख्य प्रश्न टेवून गेला. टिकली लावताना एकच विचार मनात यायचा. बस अभी माझा आहे. मी अभीची या जन्मी त्याच्याच नावाचं कुंकू माझ्या कपाळी राहील. अभी परीक्षा संपवून घरी आला. हताश, निराश त्याला पाहून आई धास्तावल्या. अभीला घरापासून लांब राहणे त्रासदायक होतय असं वाटलं त्यांना. अभी सुट्टीत फारसा कोणात मिसळला नाही. अभ्यासाच्या खोलीत बसायचा कुठेतरी शून्यात टक लावून नाही तर अस्वस्थपणे खोलीत फेऱ्या मारायचा. मी विचारायचा प्रयत्न केला तर म्हणाला, मी तुला सर्व सांगेन मला वेळ दे. मी फक्त त्याची तडफड पाहत रहायचे. पुढचं वर्षही असचं गेलं. आईनी निर्णय घेतला. अभीला परत पाटवायचे नाही. त्या अभीला म्हणाल्या पुरे झाले शिक्षण घरचा कारभार सांभाळ आता. मला आता झेपत नाही. मी बारावी पास होवून नोकरीला लागले. अभी कारभार सांभाळू लागला. अभी माझ्याशी थोडं अंतर टेवूनच वागत असे. अभीच्या चेहऱ्यावरुन हसू गायब झालं होतं. अभी कारभारात व्यस्त असे. थोडा रुळला होता. मी ही नोकरीत व्यस्त होते. दिवसामागून दिवस जात होते. त्याची अस्वस्थता पाहून आईना वाटले याचे लग्न करावे. संसाराला लागला की होईल सारे चांगले. आईनाही कामे होत नव्हती. माझे व अभीचे एकमेकांशी वागणे, बोलणे आईच्या लक्षात आले असावे. आईनी अभीला लग्नाबद्दल विचारले तर म्हणाला थांब थोडं नंतर बघू. आईनी मला विचारले, अशू तुला अभी आवडतो का? माझी सुन होशील का? मला त्यांनी जवळ घेतले. मी हो म्हणत आईच्या कुशीत शिरले. माझे डोळे भरुन आले. स्वर्ग दोन बोटे उरला मला. तहानलेल्याला अमृत प्यायला मिळावे, वाळवंटात धुवाधार पाऊस पडावा असे झाले. अभी थोडं थांब म्हणत असतानाच आईनी मामाकडे विचारणा केली. मामा काय नाही थोडच म्हणणार.

इनामदार वाड्यावर लग्नाचे वारे वाहू लागले. अभी अधिकच अस्वस्थ झाल्यासारखा वाटला. मी भेटले त्याला विचारले तर म्हणाला अशु मला तुला काही सांगायचयं. नको करु या आपण लग्न. मला समजुन घे. माझ म्हणणं ऐक. त्याला मध्येच थांबवुन मी म्हटल, मी तुला आवडत नाही का? की तुझे दुसऱ्या मुलीवर प्रेम आहे. तर म्हणाला अशु असा विचार तू स्वप्नात सुध्दा करु नको. मी त्याला म्हणाले बाकीच्या गोष्टी माझ्यावर सोड मी सारे सांभाळून घेईन तु चिंता करु नको. मी तिथुन पळ काढला. लग्नाची तयारी सुरु झाली. मामा माझ्या काकांकडे माझ्या लग्नासाठी पैसे आणायला गेले. आमची शेती काकांच्या ताब्यात होती. मामा परस्पर काकांबरोबर लग्नाची सारी खरेदी करुनच आले. दोन दिवसांवर लग्न माझ्या सर्व मैत्रिणी, आभा आम्ही सर्वांनी मेहेंदी काढून घेतली. थट्टा, मस्करीत दिवस मस्त गेला. मामांचा दिवस धावपळीतच गेला. रात्री अभीने मामांना बोलवून घेतले. अभ्यासाच्या खोलीत दोघांचे काय बोलणे झाले कळलेच नाही. मामा घरात आले तेच अस्वस्थ होवून मला मामांनी जवळ घेतले आणि खूप रडले. मामी म्हणाल्या कशाला रडताय पोर घरातच राहणार आहे. कुटे लांब जात नाही. मामा काहीच बोलले नाही. दुसऱ्या दिवशी मामा आईकडे गेले आई आणि मामांचे काय बोलणे झाले कळेना. आई तर एकदम अवसान गळून गेल्यागत झाल्या. अभी,आई आणि मामा भयंकर दडपणाखाली असल्यासारखे वागत होते. हे सारे मला जाणवत होते. म्हणून मी पण दडपणाखाली होते. सारे नातेवाईक लग्नाला आलेले आप्तस्वकीय उत्साहात होते. इनामदारांच्या एकुलत्या एक मुलाचे लग्न छान थाटात पार पडले.

रात्री मी अभीच्या खोलीत पलंगावर बसून अभीची वाट पाहत होते. सारे स्वप्नवत वाटत होते. प्रत्येक मुलीच्या आयुष्यातील उत्कटक्षण ही रात्र त्याची स्वप्ने रंगवत बसले.

उल्हास प्रभात

४ था राज्यस्तरीय पुरस्कार सोहळा २०१७

७ जानेवारी २०१७ रोजी

उल्हास प्रभातच्या वतीने दरवर्षीप्रमाणे यावर्षीही उद्योग, शैक्षणिक, काव्य, क्रीडा, आरोग्य, कला, सांस्कृतिक, पर्यावरण, व्यसनमुक्ती, सामाजिक, स्वयंरोजगार अशा विविध क्षेत्रात सातत्याने नि:स्पृहपणे कार्य करणाऱ्या व्यक्तींना राज्यस्तरीय पुरस्कार २०१७ देऊन त्यांचा भव्य सत्कार मान्यवरांच्या हस्ते करण्यात येईल. काही विशेष पुरस्कार अधिक माहितीसाठी संपर्क साधा मोबा. ९२७०१७५४१३ / ९८५०५६४५६५

★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र जीवनगौरव पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र समाजरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र उद्योगरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र शिक्षणरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र साहित्यरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र जनजागृतीरत्न पुरस्कार २०१७
★ महाराष्ट्र वृत्तपत्रलेखनरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र किर्तनरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र व्यसनमुक्तीरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र अंधश्रध्दारत्न निर्मूलन पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र खेळरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र क्रिडारत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र योगरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र हास्यरत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र कलारत्न पुरस्कार २०१७
★ उल्हास प्रभात महाराष्ट्र काव्यरत्न पुरस्कार २०१७

प्रस्ताव
या पत्त्यावर पाठवा.

संपूर्ण माहिती मोबाईल नंबर, हॉटस्अप नंबर, ई-मेल व संपूर्ण पत्त्यासह आपले प्रस्ताव खालील पत्त्यावर पाठवा. संपादक गुरुनाथ पांडुरंग बनोटे ३, ओमकार दत्त अपार्ट, वाणी आळी, कुळगांव, बदलापूर (पू.) ता.अंबरनाथ, जि. ठाणे.४२१ ५०३ महाराष्ट्र, भारत.

पुरस्कार विजेत्यांनी कार्यक्रमाला उपस्थित राहणे आवश्यक. कोणतेही पुरस्कार कार्यक्रमानंतर पोस्टाने किंवा कुरिअरने पाठविले जाणार नाही. येण्या-जाण्याचा व राहण्या-खाण्याचा सर्व खर्च पुरस्कार विजेत्यांनी करावयाचा आहे. कार्यक्रमाची तारीख बदलू शकते.

*नियम व अटी शर्ती लागू.

महाराष्ट्रासोबत इतर राज्यातील व्यक्तींचे देखील त्या-त्या राज्यासाठी रत्न म्हणून पुरस्कार देण्यात येतील. देशभरातील आणि देशा बाहेरील व्यक्तींचा यामध्ये समावेश होऊ शकतो. अधिक माहितीसाठी मोबा.९२७०१७५४१३ / ९८५०५६४५६५ बदलापूर जि. ठाणे, महाराष्ट्र, भारत.


अण्णा हजारेंसोबत संपादक बनोटे.


पुरस्कार स्विकारतांना संपादक गुरुनाथ बनोटे.


पुरस्कार स्विकारतांना संपादक गुरुनाथ बनोटे.


पुरस्कार स्विकारतांना संपादक गुरुनाथ बनोटे.


पुरस्कार स्विकारतांना संपादक गुरुनाथ बनोटे.


पुरस्कार स्विकारतांना संपादक गुरुनाथ बनोटे.


दिवाळी अंकाचे प्रकाशन करतांना


कॅलेंडरचे प्रकाशन करतांना

अभी आला. माझे हात हातात घेवून मला एकटक पाहत राहीला. त्याचे डोळे मला वाटले आनंदाश्रुंनी वाहत आहेत. अभी बघ मी आज सौभाग्यावरोबर भाग्यवतीपण झाले. मला हवे ते मिळाले. असे म्हणून मी त्याला नमस्कार करायला खाली वाकले तर त्याने मला खांद्याला धरुन उभे केले. आणि अचानक हात जोडून माझ्यासमोर गुडघ्यावर बसून मला म्हणाला अशु मी तुझा अनंत अपराधी आहे. मी तुला शरीरसुख देऊ शकत नाही. तुला सांगण्याचा प्रयत्न केला तु ही ऐकून घेतले नाहीस. मामांना सांगितले, मामांनी आईला पण सांगितले. पण फार उशीर झाला होता. आई म्हणाली लग्न मोडले तर माझ्याबद्दल, तुझ्याबद्दल अनेक वावड्या उठल्या असत्या. तुझ्या व आभाच्या लग्नासाठी त्रास झाला असता. कदाचित तू व आभा तुमचं जीवन उध्वस्त झाले असते. अशु काही दिवसांनी काहीतरी कारण सांगून मी तुला मुक्त करीन. माझ्या बंधनातून तु तुझे जीवन आनंदाने जग. मी तुझे दुसरे लग्न करुन देईन. अशु मला माफ कर असे म्हणून अभी कोलमडून पडला. माझ्या कानात तप्त शिशाचा रस कोणीतरी टाकला असे वाटले. माझं भावविश्व क्षणार्धात जळून खाक झालं होतं. सारं संपल होतं. पण मी सावरले कारण मी पोरकी पोर. त्यात आता इनामदारीणबाई साऱ्या मर्यादानी माझ्या भावना, मन, स्वप्ने सारे बंदिस्त केले. क्षणभर वाटले धावत सुटावे इथुन दूर जावे पण जाणार कुठे? कुठे आहेत माझे आईबावा. काय करु? माझा प्राण, माझे श्वास असलेल्या अभीला सोडून नाही. काही झाले तरी मी कुठेही जाणार नाही. जन्मल्यापासून संकटांना तोंड देत जगले आताही नियतीला सांगेन मी हरणार नाही. मी हरणार नाही.

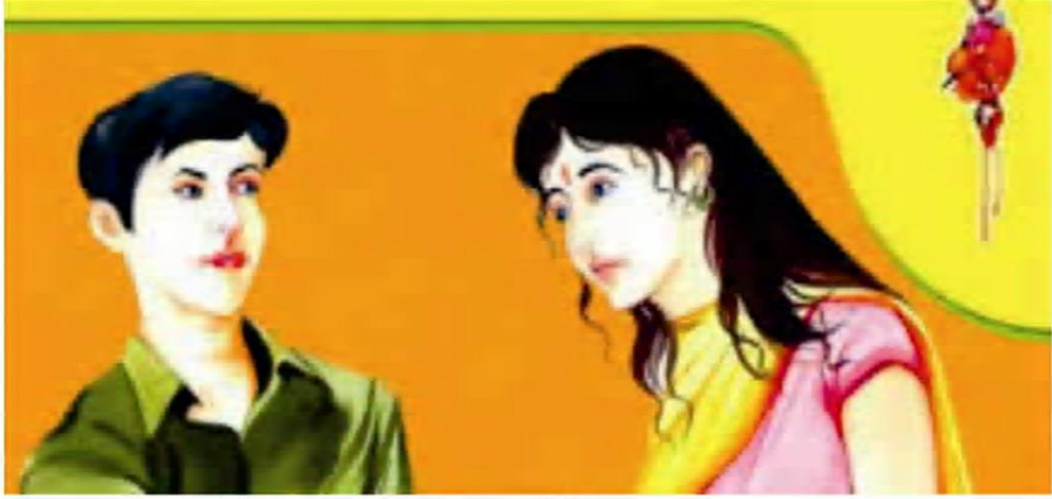
अभीला उठवून पलंगावर बसवले. त्याला पाणी दिले. त्याला म्हटलं अभी तु मला कुंकू लावलस त्याच क्षणी मी तुझी झाले. काही झाले तरी यापुढे जे काही आपल्या आयुष्यात घडेल त्याला आपण दोघांनी हातात हात घालून सामोरे जायचे. चल झोप आता. उद्या नीट वाग कुणालाही कळता कामा नये आपल्या दोघात काय झाले. अभी उठला मला पलंगावर झोपवलं अंगावर चादर घातली. माझ्या कपाळाचं चुंबन घेवून पलंगा शेजारच्या सोफ्यावर जावून झोपला. त्याची चुळबुळ चालू होती. मी ही डोळे उघडे ठेवून विचार करत होते. लहानपणीच आई-बाबा गेले. अनेक संकटं पार करत इथवर आले. आता तर दुर्दैवाचा कळसच झाला. आई-बाबांची खुप आठवण आली. ते आता असायला हवे होते. डोळ्यात पावसाळा सुरुच होता. हॉस्टेलमध्ये अभी गेल्यावर वयात आलेल्या मुलांमध्ये राहिला. त्यांच्या चर्चा, थट्टा, विनोद यातून त्याला त्याच्या नपुसकतेबद्दल कळले असावे. त्याच्या या उणेपणामुळे तो अस्वस्थ व्हायचा. घरात पुरुष कोणी नाही कोणाकडे बोलणार संकोचामुळे गप्प बसला असावा.

दुसऱ्या दिवशी आईंनी मला जवळ घेतले. व म्हणाल्या अश्विनी बाळा मला माफ कर. आज तुझ्या पदरात या इनामदार घराण्याची अब्रु आणि आभाचं वैवाहिक जीवन घालते. विचार करायला आणि काही करायला वेळच नव्हता. आता तूच एक तारणहार आहेस. असं म्हणून त्या रडू लागल्या. त्यांना शांत करुन अश्वस्थ करुन मी अंघोळीला गेले. सर्व झाल्यावर पाहुणे, नातेवाईक गेले. माझीही सुट्टी संपली. अभीने आईंना सांगितले की अशु नोकरी चालुच टेवील. थोडं तिच मन रमेल त्यात. आईंनीही मान्य केले. दिवस जात होते. माझी तडफड पाहून अभी अधिकच दु:खी व्हायचा. नातेवाईक, मित्रमंडळी आम्हाला म्हणायचे ईनामदारांचा वारस हवा म्हणून. ते ऐकून तो खूप अस्वस्थ व्हायचा. कुणी भेटले की हाच विषय असायचा. या डॉक्टरकडे जा. त्या वैद्याकडे जा. सारे ऐकून अभी कासवीस व्हायचा. घरी येवून स्वत:ला कोंडुन घ्यायचा. माझं दु:खाचं ओझं दूर सारुन मी त्याची समजूत काढायची. जास्तीत-जास्त वेळ त्याला द्यायची. हळूहळू अभीन बाहेर जाणे, लोकात

मिसळणे बंद केले. अभी अधिकाधिक दु:खाच्या गर्तेत जात होता. त्याचा कोंडमारा माझं प्रेम,त्याला नाही थांबवू शकला. उलट मला पाहून तो खुप अस्वस्थ व्हायचा. माझे दु:ख लपविता लपविता मला नाकी नऊ यायचे. अभी तीळ-तीळ संपत होता. समाज, घराण्याची अब्रू यामुळे मी उघडपणे अभीचा इलाज करु शकत नव्हते. आभाचं आयुष्य समोर उभं राहायचं.

कधी डोळा लागला कळलेच नाही. जाग आली तर अवघडल्यागत झाले होते. उठायचं होतं. डॉक्टरकाका काय म्हणतात विचारायचं होते. अभी अजुनही माझ्या मांडीवरच झोपला होता. माझे पाय दुखत होते. हळूच अभीचे डोके खाली ठेवले. उठणार तोच मनात शंका आली. मी अभीला हलवले. डोक्यावर हात फिरवत विचारले. अभी बरं वाटतय का? उठ तोंड धुवून घे. काहीच हालचाल नाही. श्वास पाहिला तर बंदच होता. छातीवर डोके टेवून टोके ऐकण्याचा प्रयत्न केला आणि धस्स झाले. अभी माझा अभी गेला होता. मला सोडून मी मोठ्याने हंबरडा फोडला. अभी सारे नोकर-चाकर आई धावत आले. सारे संपले होते. डॉक्टरकाका आले तपासले. नकारार्थी मान हलवून आईना समजावत होते. पण त्या बेशुध्द झाल्या. डॉक्टरकाकांनी त्यांना बाहेर उचलून नेलं.

समाजात नेहमीच परिवर्तन घडून एक समाजाचं आदर्श रुप निर्माण होतं. या एकवीसाव्य शतकात सुध्दा अभी सारख्यांची ही अवस्था व्हावी हे फार दुर्दैवी आहे. विज्ञानाची इतकी प्रगती झाली आहे की डॉक्टरी इलाजाने अशा लोकांचे लिंग परिवर्तन होऊन हे लोक मुलही जन्माला घालू शकतात.. सामान्य जीवन जगू शकतात. पण खोट्या रुढी, परंपरा, गैरसमज , लोकांचे त्यांना हिण समजण्याचा दृष्टीकोन घराण्याची अब्रू हे सारे घातक टरुन एका चांगल्या व्यक्तीचा अंत होतो. समाजाची मानसिकता बदलायला हवी. सगळ्या व्यंगावर उपचार करुन सामान्य जीवन जगता येते तर मग यावर इलाज करुन जीवस सुखी का जगू नये. डोक्यात विचारांच वादळ, मनात अभी गेल्याचं दु:ख, डोळ्यात समाजाबद्दलचा राग घेऊन मी सुन्न होऊन बसले होते. मामीची वटवट चालू होती. नोकरीसाठी हिने मूल होऊ दिले नाही. एखादे मुल असते तर जावईबापुंची ही अवस्था झाली नसती. मनात एकच टरवले आता मी या समाजाविरुध्द लढा देणार आणि तृतिपंथींसाठी त्यांच्या समृध्द जीवनासाठी मी माझे आयुष्य कारणी लावणार. त्यांचे लाजीरवाणे जीणे झटकुन त्यांना आनंदाकडे नेणार. क्षणभर वाटले अभी मला म्हणतोय. होय अशु पुढे हो मी आहेच तुझ्याबरोबर. ●



सत्यघटनेवर आधारीत

विवाहित बहिणीचे भावास पत्र

-माधुरी सॅम्युअल चक्रनारायण बदलापूर.

प्रिय दादास,

सप्रेम नमस्कार वि. विशेष.

पत्र लिहिण्यास कारण की बरेच दिवस झाले तुझे माझ्याशी बोलणे झाले नाही. दादा तू वहिणी व रिया बरे आहात ना? तू रियाचा रिझर्ल्ट ही कळवळा नाही. रियाला गोड पापा. दादा तू माझ्याशी बरेच दिवस बोलला नाही याचे दु:ख नाही. पण तू आईशी आज कित्येक महिने बोलत नाही. तिला बघत नाही हे मला समजले. आपले बाबा गेल्यानंतर तू आईला एकटीला सोडून वहिणी बरोबर मुलीला घेऊन दुसऱ्या ठिकाणी राहायला गेलास. दादा आपली आई एकटी आहे. विधवा व वयस्कर आहे. तरी देखील तू असं केलसं. माझा तर विश्वासच बसत नाही. तिला आता खरी तुझी गरज आहे. तिला तुझे वहिणीचे, नातीचे प्रेम पाहिजे. एक मानसिक आधार पाहिजे.

दादा मी लाहानतोंडी मोठा घास घेते. पण तूच सांग ना आईने तुझ्यासाठी काय केल नाही? आम्ही जरी तीन बहिणी असलो तरी तु एकुलता एक आमचा भाऊ व तिचा मुलगा आहेस. तिच्या जीवनाचा आधारस्तंभ आहेस. आज तिच्या मुळेच तू एवढा मोठा झालास. तुझी एक ओळख आहे. आणि तू आईला असं वाऱ्यावर सोडून खुशाल निघून गेलास. दादा बाबा अचानक गेले. बाबांची तुला काहीही सेवा करता आली नाही. परंतु आईची सेवा ही ईश्वर सेवा करण्याची परमेश्वराने तुला संधी दिली आहे. दादा जगातील साऱ्या तडजोडी केल्या परंतु आईच्या स्वभावाशी तडजोड तू का करु शकत नाही?

दादा मी वहिणीला काहीच बोलू शकत नाही. कारण मुख्य मुळ तू आहेस. दादा तू मोठ-मोठ्या पार्ट्या, वाढदिवस, पूजा, होमहवन करतोस. पण घरातील आईच्याच तोंडात घास नाही. तिलाच मानपान नाही तर काय उपयोग? तिचे मन दुखवून अश्रु, तळतळाट घेऊन तू आयुष्यात सुखी राहणार का? दादा तू घरातील आईरुपी देवाला सोडून इतर देवपूजा, यात्रा, वारी करुन सुध्दा त्याचा काहीच उपयोग नाही. तिला तू एकही पैसा देत नाही. औषध-पाणी करत नाही. कमीत-कमी तिने पाजलेल्या दुधाच बील तरी चुकतं करशील का? तू जर आईची

सेवा केली, तिला मानपान दिला तर वहिनी तुझे का नाही ऐकणार? दादा तू म्हातारा होणार नाही का? आज तु आईशी जसं वागतो, तशीच उद्या तुजी मुलं पण तुझ्याशी वागतील ते तुला चालणार का?

आई खूप मोठ्या कुटुंबातील, बोलकी व्यक्ती. पण आज एवढ्या मोठ्या घरात ती एकटीच स्तब्ध बसली आहे. तू तिच्याशी बोल. तिला बघ नाहीतर ती अबोल होऊन मानसिक आजाराची बळी होईल. दादा फक्त एक समजुतीचा धागा जर तू गुंफला तर खरच तिच्या व तुझ्या आयुष्याच सोनं होईल रे. दादा तू परत घरी ये. आज आईचे डोळे तुझ्याकडे, वहिणीकडे व नातीकडे लागून आहेत. दादा माझे चुकल्यास माफ कर. पण आईकडे तू परत जा. तिची माफी माग. माफी मागून तु लहान होणार नाही? तर जगातील सर्व सुख तुझ्याकडे आईच्या आनंदाने, हसण्याने, अशिर्वादाने येतील. दादा तुला वाढविताना आईला कुठलाच त्रास झाला नाही का? तुझ्यासाठी औषध, पैसा, वेळ, कधी तिनं खर्च केलाच नाही का? दादा तेव्हा ती मोठी व तू लहान बाळ होता. आता आपली आई आपल बाळ आहे. असं समजून तिला जपायचं आहे. सांभाळायचं आहे. आता तिची वृध्दावस्था म्हणजे दुसरे बालपण आहे. हे लक्षात ठेव. आता पत्र पुरे करते. तुझी लाडकी वहिण सुमन.



चेहऱ्यावर काळे डाग-डोळ्याभोवती असलेली काळी वर्तुळे?

ज्यांच्या चेहऱ्यावर काळे डाग, पिंपल्स असतील त्यांनी १ चमचा दही, १ चमचा मसूरडाळ यांची पेस्ट करुन चेहऱ्यावर लावावी. १५-२० मिनिटांनी चेहरा थंड पाण्याने धुवावा. असे आवठड्यातून दोनदा केल्यास डाग हळूहळू कमी होत जातात.

पिंपल्स व डोळ्याखाली काळी वर्तुळे असतील तर कच्ची पपई किसून लावावी.

टोमॅटोचा रस १ चमचा, काकडीचा रस एक चमचा, कोबीचा रस एक चमचा हे सर्व मिक्स करुन चेहऱ्यावर लावल्यास काळे डाग व वर्तुळे कमी होतात.

पिंपल्स जास्त असेल तर कोबी किसून त्यात जायफळ पेस्ट मिसळून त्याचा जाडसर थर चेहऱ्यावर देणे.

चेहऱ्यावरील सुरकुत्या घालविण्यासाठी

चेहऱ्यावर सुरकुत्या असतील तर सफरचंद किसून त्यात एक चमचा कच्चे दूध टाकून ही पेस्ट चेहऱ्यावर लावणे.

उन्हाळ्याच्या दिवसात उन्हापासून रक्षण करण्यासाठी काकडीचा रस चेहऱ्याला लावून बाहेर पडणे.

चेहऱ्यावरील व अंगावरील लव कमी करण्यासाठी पपिता पावडर, नीम पावडर, मंजिष्ठा समप्रमाणात घेऊन त्यात पाव चमचा आंबेहळद टाकणे व त्याच्या चार पट मसूर डाळीचे पीठ टाकणे. कच्चा दुधात पेस्ट करुन केसांच्या उलट्या दिशेने लावावे. पीठी ज्याप्रमाणे काढतो त्याप्रमाणे चोळावे नंतर साय/लोणी लावणे.

चेहरा स्वच्छ व चमकदार होण्यासाठी एक चमचा त्रिफळा चूर्ण १० मिनिट पाण्यात भिजवून चेहऱ्यावर लेप देणे.

तोंडावर सुरकुत्या पडल्या असतील तर आल्याचा रस कोमट करुन तो रात्री झोपताना चेहऱ्यावर लावा आणि सकाळी चेहरा स्वच्छ धुवून वर खोबरेल तेल चोळावे. या उपायाने सुरकुत्या कमी होऊन त्वचा तेजस्वी होते.

ओट फाटुन त्यातून रक्त येत असल्यास कोकम तेल आणि शुध्द तुपांचा वापर करावा.

लाल भोपळ्यामध्ये आपल्या त्वचेला आवश्यक अशी तत्वे असतात. भोपळ्याचा गर काढून घ्यावा. त्यात थोडीशी दालचिनी पावडर मिक्स करुन काही वेळ ठेवा व नंतर पुन्हा मिक्स करुन त याचा फेसपॅक प्रमाणे वापर करा. - **मंगला घरडे** पुणे.



शेळी जाते जीवानिशी

- राजेंद्र वैद्य कल्याण,

खेडेगावचे जीवन जसं शांत तसचं तापट. खेड्यातल्या किरकोळ घटनेची खडा न खडा माहिती प्रत्येक खेडूताच्या कानी येते. कदाचित खेड्याचं आकारमान हे सुध्दा महत्वाचं कारण असवां. तरीसुध्दा एक घटना संपूर्ण घडेपर्यंत कुणाला कळली नाही. अगदी या हातानं केलेलं पाप त्या हाताला कळू नये इतकी गुप्त राहीली.

नंदा शाळेतून घरी आली. शाळा दुसऱ्या गावात असल्याने सकाळीच घरुन निघावं लागे. संध्याकाळी चालत येईपर्यंत सात वाजत त्यात नंदा दहावीला. शेवटचं आणि महत्वाचं वर्ष. नंदाच वयसुध्दा महत्वाच्या वळणावर आलेलं. सोळावं वर्ष. नंदा अभ्यासात खूप हुशार मुलगी होती. शाळेतल्या हुशार विद्यार्थ्यांसाठी घेतल्या जाणाऱ्या विशेष अभ्यास वर्गासाठी ती अलिकडे थांबत होती. त्यामुळे ती एकटीच परत यायची. बाकीचे मित्र मैत्रिणी कधीच घरी आलेले असत. शाळेतून येतानाच ती खूप दमलेली, शिणलेली असे. आजही ती घरी आली तेव्हा शिणली होती. व तिला खूप भूकही लागली होती. तिचं घर म्हणजे कुडाची झोपडी होती. तिनं दप्तर खिळ्याला अडकवलं. यावेळी घरात खायला कसं असणार? तरी तिनं आईला म्हटलं आई खूप भूक लागलीयं काहीतरी खायला दे. आहेच काय घरात आपल दरिद्र संपेल का कधी? आई नशिबाला दोष देत बोलली. तिलाही वाटत होतं. लेकीला दोन पदार्थ खाऊ घालावे. कौतुक करावं. पण. मग चहा पिते, चहा तरी कर थोडासा. नाईलाजान नंदा आईला म्हणाली, पण दूध नाही, साखर, चहा पत्ती. दे एक रुपया घेऊन येते दुकानातून. दूध मिळणारच नाही. कोराच पिईन.

नंदा चहाचं साहित्य आणायला निघाली. गावात एकच

दुकान. नंदा भुकेपोटी निघाली. पण त्या दुकानात जाणं नको वाटायला लागलं. त्या दुकानवाल्याचा चुनीलालचा तो तरुण मुलगा शी शी. तरीही धिटाईनं ती दुकानाच्या पायरीपर्यंत स्वत :ला लोटत गेली. नंदा आलेली पाहून तो मात्र खुष झाला त्याने नोकराला काहीतरी फर्माबल आणि बाहेर पाटवलं. "ए चंदू आठ आण्याची साखर, चार आण्याची चहाची पत्ती दे" हे घे पैसे तिनं पैसे टेबलावर टाकले. हातात दे की, चंदू चावटपणे म्हणाला. त्याचा लघळपणा नेहमीचा झाल्याने नंदा खाली मान घालून पुड्या मिळण्याची वाट पाहत उभी राहिली. त्याने बराच वेळ लावला. रस्त्याला सामसूम झालेली अंधार पडू लागला. दुकानाबाहेर नंदा कंटाळून म्हणाली दे रे लवकर किती वेळ झाला ? एवढी घाई असली तर आत ये. असं सुंदर गिऱ्हाईक लवकर जावं असं कुणाला वाटेल. आत ये तुझच आहे दुकान. "हलकट मेला देतोस का नाही ?" नंदा चिडली. चंदुनं पुड्या दिल्या. चार आणे परत दिले आणि चटकन नंदाचं नाक चिमटीत पकडलं. नंदानं मानेला झटका दिला. नाक सोडवलं. बरीच रागीट आहेस. चंदू म्हणाला. नंदानं त्याच्या हातावर चापट मारली आणि तडक निघाली. वा छान काय नाजूक हात आहे. चंदू निर्लज्जपणे म्हणाला. एकांतात झालेल्या विनयभंगाची नंदाला चीड आली. ती घरी आली तिनं चहा घेतलाच नाही. आईनं विचारल पण नंदानं थाप मारली. नको चहा वाटेत मंदा भेटली. तिच्याकडे गेले चहा झाला. नंदानं रोजच्याप्रमाणे रात्री अभ्यास केला नाही. जेवणानंतर ती अंथरुणावर पडून झाल्याप्रकाराचा पस्तावा करत राहीली. नंदानं टरवलं आता चंदुकडे अजिबात जायचं नाही. मग जाणार कुठे गावात मोटं एकच दुकान. घरची काम ने-आण नंदालाच करावी लागे. शिवाय गरीबीच्या परिस्थितीत तो वेळेला उधार माळ देत असे. नंदाचे विचार थंड पडले.

नंदाच्या डोक्यात आज नवीन उजेड पडला. ती गरीबीत पिचत असली तरी तिच्या यौवनाची श्रीमंती शिगेशिग भरु लागली. लक्ष्मी रुसली तरी सरस्वती आणि सौंदर्याने तिची पाट थोपटली. हलाखीचा शिशिर खिन्नता पसरत असला तरी तिच्या देही फुलणारा वसंत त्यावर मात करत होता. नंदाची आईसुध्दा कधी तिला चंद्राची, तर कधी शुक्राची चांदणी म्हणत असे. कवटी चाफ्याच्या फुलासारखी नंदा भरगच्च टवटवीत दिसू लागली. तिचं चालणं, बोलणं हळूवार नखरेल झालं. तिच्या हालचाली नाजूक झाल्या. पुरुषांच्या चोरट्या नजरा तिच्या कोमल कांतीला कळत नकळत जाणवत होत्या. शरीराचे बिलोरी नक्षीदार घाट चंदुच्या नजरेने तर बाटल्यासारखे तिला वाटत होते. त्याला हे घाट हाताळण्याची शिरशिरी येतेय असं त्या वसंतलतेच्या कधीच ध्यानात आलं होतं. मादक कल्पनेनं तिचं अंग शहारत होतं. मनाचा कोंडमारा कुठे सांगता येत नव्हता. इकडे आड तिकडे विहीर तिला वसंतवैभवाचं स्वागत करता आलं नाही. आणि चंदुच्या बाबतीत तर ती साफ विरोधी होती. ते तिला परवडणार नव्हतं. झाला प्रकार कुणाला कळू नये म्हणून स्वत :वर पहारा देत होती.

नंदा गरीब होती पण लाचार नव्हती. हुशार व स्वाभिमानी होती. गर्विष्ट नव्हती. आणि त्याहूनही महत्वाचं म्हणजे आता ती नवयौवनात होती. तिच्या वडीलांच्या अकाली मरणानंतर आईने कावाडकष्ट करुन अभिमानान तिचं हायस्कूलचं शिक्षण चालू टेवलं होतं. नंदाही आईच्या कष्टाचं चीज करत होती. ती खूप शिकण्याची जिद्द बाळगुन होती. गरीबीचा सुड उगवण्याचं मनोमन टरवून होती. उलट चंदु त्या फुलत्या कळीच्या अस्फूट सौंदर्यावर भाळला होता. आपल्या श्रीमंतीच्या पालखीत नंदाला बसवू पाहत होता. तिच्यावर तो जान कुर्बान करायला तयार होता. फक्त तिने त्याची एकदा तहान भागवावी असं त्याला वाटत होतं. तसं एकदा त्याने नंदाला आड वाटेवर गाटून विचारलं देखील. नंदा मला एकदा तुझं जवानीचं फुल हुंगू दे. तुप्त होऊ दे. तु माझी हो. त्या गरीबीचा मोह तुझ्यासारखीने सोडायला हवा. दुसऱ्याच क्षणी नंदाने त्याच्या थाड-थाड थोबाडीत लगावल्या आणि निघून गेली. आड रानात वणवा पेटला.

नंदाची परीक्षा जवळ आली. तिची थोरली बहिण बाळंतपणाला माहेरी आली. या गडबडीत एवढ्याशा खोपटात नंदाचा अभ्यास होईना. नंदाच्या आईने गावात तिच्या भावाकडे नंदाच्या अभ्यासाला बसण्याची सोय केली. मामा एकटाच होता. भाचीला त्याने खुशाल येत जा सांगितले. पण मामा १ नंबरचे दारुबाज. नंदा तिच्याबरोबर मंदाला नेत असे. मामा दुसऱ्या खोलीत पडायचा. पहाटे अभ्यासाला लवकर उटण्यासाठी रात्रीचं त्या मामाकडे जायच्या. नंदा सतत अभ्यासात गढून गेल्यामुळे तिची आई चंदुच्या दुकानात जायची. नंदा दिसेनाशी झाल्याने चंदू अस्वस्थ झाला होता. आत इंगल फुलला होता पण वरुन तो थंड असण्याचं भासवत होता. चुनीलाल वाणी आजारी होता. त्यांने चंदूच्या लग्नाचा घाट घातला. चंदुला फक्त नंदा हवी होती. ती तर जातीची ना गोताची. आणि त्याचा अपमान केलेली मुलगी. आधी तिच्यावर सूड मग लग्न हे सारं त्यानी मनात टेवलं. मुली मात्र तो बघत होता. नापास करत होता. एक दिवस दारुसाठी पैसे मागायला

मामा चंदुच्या दुकानी गेला. धूर्तपणे चंदुने त्याला उसने पैसे दिले. आणि सहज विचारल्या सारखं विचारलं. मामा तुझी भाची नंदा कुठे दिसत नाही? मामाने खरं काय ते सांगितलं. आणि गुत्याकडं सटकला.

ए नंदा मागं तू त्या चंदुबद्दल बोलत होतीस. काय झाल गं त्याचं. हल्ली तो तुझ्याशी बोलत नाही वाटतं. मंदानं अभ्यास करता करता नंदाला विचारलं. मध्ये एक दिवस असाच काहीतरी बोलला. फाडकन त्याच्या कानाखाली गणपती काढला. तिथपासून भेटलाच नाही. नंदा तोऱ्यात बोलली. पण तो म्हणतो तरी काय? मंदान विचारल. त्याच म्हणण मी त्याच्याशी लग्न करावं नाही तर त्याच्याशी... शी शी हा एक वेळ लग्न टीक आहे. मंदानं मध्य काढला. म्हणे लग्न तू तर अगदी. मंदा मी काय वाटेवर पडलीय का? आणि याची शेटाणी होऊन काय करु. तोंडावर पदर घेऊन जन्म काढू.

दारुच्या नशेत पलिकडच्या खोलीत पडलेल्या जनामामानं दोघींचा संवाद ऐकला. दारुपुरते कायम पैसे मिळविण्याच्या गलिच्छ हेतूनं चंदुची दलाली करायला ही संधी आहे हे त्यांनी ओळखलं. दुसऱ्या दिवशी चंदुकडे जाऊन जनामामा फुशारक्या मारु लागला. लागलं काम माझ्याकडे मी नंदाला आणतो तुमच्याकडं, काय देणार बोला चंदुशेट? काय देणार तुला मरेपर्यंत बाटलीला देईन. असं कर आज हा फुलांचा गुच्छ ने नंदाला दे. चंदु गुच्छ देत म्हणाला, कुठे कळता कामा नये. चंदुनं बजावलं.

रात्री नंदाच्या हातात जनामामानं गुच्छ दिला. तुला भेट दिलीत फुलं. छान आहेत नं. मामा म्हणाला. नंदाचा निरागस चेहरा आणि मन त्या गुच्छासारखं फुलून आलं. "कुणी दिला. काय कारण? नंदाने हसत विचारलं. कुणी म्हणजे? चंदुशेटने श्रीमंताची भेट आहे. अडाणी मामा खरं बोलून गेला. त्याच वाक्य पुरं व्हायच्या आत नंदानं फुलांचा गुच्छ मामाच्या अंगावर भिरकावला. मामाने चंदुला रिपोर्ट दिला. चंदुने आज भारीपैकी साडी नंदासाठी दिली. मामाने काळचीच कृती केली. वर समजावणी केली. नंदा शाळा शिकून झाल्यावर मला नि तुझ्या आईलाच तुझ्यासाठी मुलगा बघावा लागेल. त्यापेक्षा हो म्हण चंदुला. मामा मी तुम्हाला मुळीच त्रास देणार नाही. पण माझ्यासमोर त्या नालायकाचं नाव घेऊ नकोस नंदानं साडी फेकून दिली. जनामामा बिघडला. नंदाचा शब्द न शब्द त्याने

चंदुला सांगितला. चंदु म्हणाला, जन्या हरामखोर आहेस. तुझ्यावर उपकार करायला गेलो तु नुसता दारु ढोसतोस कामाचं नाव नाही. जा रात्री नंदाला घेऊन ये नाही आली तर तर काळं कर तुझं तोंड आणि त्या दळभद्र्या भाचीचं. जनामामाच डोकं सणकलं. त्यानं पुन्हा तोंड वाकडं केलं. शेट आताच्या वेळी करतो पण थोडी चंदुनं खिशात हात घातला. मामाच्या अंगात आत्मघाताचा पापाचा उत्साह संचारला.

जनामामाचं नशिब बलवत्तर. दोन रात्री नंदा अभ्यासाला आलीच नाही. नंदा एकटीच होती. अपरात्री डोस लावून मामा आला. रोज मागल्या दारानं खोलीत येऊन पडणारा मामा आज दरवाजा लातेनं उघडून नंदाच्या खोलीत आला. नंदा सावरली. नंदा आज तुला माझं काम करायचयं. चल माझ्यासंगती. मामाच्या बोलण्याचा अर्थ न कळल्याने नंदाने विचारले. एवढ्या रात्री कुठं ? कसलं काम ? तु शुध्दीत नाहीस मामा तुझी खोली तिकडं आहे, जा झोप मला वाचन करु दे. अरे जादा बोलतेस काय आज. चंदुची अमानत आहेस. तु ज्याची टेव त्याला द्यायला पायजे. चल मला बक्षिस मिळेल. तुझं भलं होईल. कसली लाज कसली अब्रु घेऊन बसलीस. लग्न झाल्यावर तरी मामा बरळू लागला. काय बोलतोस मामा. तुला मी मागेच सांगितलं. तु काय मला धंद्याला लावतोस काय ? तुझ्या दमडीच्या फायद्यासाठी मी लाख मोलाची चामडी घालवू का ? मी साफ सांगते मी येणार नाही. येत नाहीस, बघतो कशी येत नाही. असं म्हणून मामाने तिचे केस धरले तिला जमिनीवर आपटलं, ओढत निघाला. नंदानं दारुनं तर्रर झालेल्या मामाच्या हाताला हिस्का मारला आणि सुटकेसाठी ती दाराकडे धावली. दारात वाट अडवून चंदु उभा होता. नंदा भिती आणि संतापाने थरथरु लागली. पळवाट मिळेना. काय करावं क्षणभर विचार केला. चंदुला तिनं एक जोरदार धक्का मारला. पळण्याचा प्रयत्न केला. पण चंदुने तिला दुष्ट हेतूने मिटीत आवळलं. मामाला चंदुने तिचे हातपाय बांधायला सांगितले. परंतु नंदा मामा आणि चंदुला आवरेना. दोघांनी तिला बेदम मारहाण केली. पण नंदाच्या अंगात वीज संचारली होती. तिनं चंदुचे बळजबरीचे प्रयत्न हाणून पाडले. त्याला दाताने चावे घेतले. ओरबाडलं पण तिलाही त्या राक्षसाच्या मिटीतून सुटताआलं नाही. नंदाच्या अंगावरचे फाटके कपडे आत पुर्ण फाटले. तिच अर्धअधिक उघडं यौवन पाहून चंदु अधिकच चेतला. तो आता अंगावर चाल करणार, वाघासारखा आपल्या तारुण्यांवर तुटून पडणार हे त्या गरीब शेलीच्या ध्यानात आलं. आणि तत्क्षणीच नंदाने जवळच जळत असलेला रॉकेलचा भूत्या हातात घेतला. सरळ अंगाला लावला. नंदा पेटली शील जपण्यासाठी. चंदु आणि जनामामा घाबरले. पळत सुटले झाल्या प्रकाराची वाच्यता न करण्याचं ठरवून.

सकाळी लवकरच परत येणारी नंदा आज का आली नाही म्हणून नंदाची आई मामाकडे निघाली. मामाच्या घरापाशी सामसूम, कपडे जळल्याला करपट वास येत होता. आईच्या मनात शंकेची पाल चुकचुकली. तिनं भावाला व नंदाला हाका मारल्या. शेवटी नंदाच्या अभ्यासाच्या खोलीकडे वळली. तिनं ते भयानक दृष्य बघितलं आणि तिची बोबडी वळली. ती घराकडे धावत सुटली. धाय मोकळून रडू लागली. तेवढ्यात पोलिस पाटील आला. नंदाच्या आईने जे बघितलं ते भोळेपणानं पोलिसांना सांगितलं. आत्महत्येचा कलम लावण्यात आला. पण मामा कुठं पळाला ? गावात चर्चा सुरु झाली. जनामामाचं पळून जाणं कुणाला भितीपोटी वाटलं तर कुणी त्याच्याकडे संशयाचं बोट दाखवलं.

चंदुच्या घरात मात्र लग्नाची जोरदार तयारी सुरु होती. श्रीमंताकडलं कार्य गावकरी चार दिवस बडबडले आणि चंदुच्या लग्न सोहळ्यात सामील झाले. नंदाच्या घरात मात्र शोककला कायम होती. आई पोलिसांना जाऊन विचारायची काय झालं ? पोलिस उलट विचारायचे तुम्ही सांगितलं तसं लिहिलं. तुमच्या

मुलीनं पेटवून घेतलं. तिथं आम्ही आता काय करणार ? मुलगी मेली संपलं. पोलिसांच्या उडवाउडवीला एक दिवस खीळ बसली. नंदाच्या आईबरोबर गेलेल्या मंदानं पोलिसांच्या या उत्तरावर विचारलं पण नंदा स्वत :हून मेलीच नाही. तिला मारलयं जाळून खून केलाय, तुम्ही आत्महत्या कशी म्हणता ? पोलिसांची डोकी चक्रावली. जबानीच्या वेळी पोलिस पाटील होते तिथं ते तरी खरं सांगितील ना ? पण तेही मुग गिळून बसले असतील तर ?

मंदाच्या या टाम प्रश्नावर चळविचल झाली. गावात या घटनेला वाचा फुटली. जो तो तीच चर्चा करु लागला. आता पोलिसांना हालचाल करणं भाग होतं. तपासात फळ मिळेना. तेव्हा गावकरी संघटित झाले. पोलिस टाण्यावर मोर्चा गेला. लोकांनी निवेदन दिलं. मामाच्या शोधासाठी पोलिस पथक रवाना झालं. जनामामा पोलिसांना सापडला. जनामामाची थोरली बहिण नंदाची आई आतड्याच्या मायेनं पोलिसांना विनवण्या करत होती. तिची खात्री होती जनाच्या मनात कुणीतरी विष कालवलं असलं पाहिजे. त्याशिवाय त्यानं असं केलं नाही. ती जनालाही सांगत होती. "जना बाबा काय ते खरं सांग, विनाकारण अब्रु का घालवतोस" जनामामा विथरला होता. कोटडीत मख्ख बसून होता. चंदुची दुसरी वरात पोलिस टाण्यावर आली. गेल्या चार दिवसात तो दोनदा चतुर्भत झाला. चुनीलाल वाण्यानं इज्जत वाचवण्यासाठी मायेचं बळ वापरलं आणि चंदु सुटला.

मीच नंदाला पेटवलं. जाळून मारलं. मी तिच्यासाठी एका मुलाचं नाव सुचवलं. तिनं नापसंती दर्शवली. तिनं तिला चंदुशी लग्न करायचय अस टाम सांगितलं. मी विरोध केला. आमचं भांडण झालं. मी दारुच्या नशेत होतो. मी चिडलो तिला मारहाण केली. तिनं ऐकलं नाही. मला राग अनावर झाला. मी जवळची बत्ती हातात धरली आणि तिला पेटवलं. मी हे केलं तेव्हा आसपास कुणी नव्हत. मला अस करायला कुणी सांगितलं नव्हतं. जनामामानं आरोपीच्या पिंजऱ्यात उभं राहून कबुली दिली. चंदु गालात हसत होता. सारा गाव जनामामाच्या सत्यनिष्ठेचा अचंबा व्यक्त करत होता. मंदाला नंदानं ऐकवलेली चंदुची छेडछाड आणि त्याच्या झणझणीत थोबाडीत मारल्याचं आटवलं. आपले जबाब पोलिसांनी का लिहिले नाहीत. तेही समजलं. ज्यावेळी जनामामावर खूनाचा आरोप सिध्द झाला त्यावेळी दु :खाने गदगदून नंदाच्या आईनं मंदाला मिठी मारली. मंदालाही राहवेना ती म्हणाली "शेळी जाते जीवानिशी" गरीबासाठी न्याय नाही हेच खरं.

●



मासे एक परिपूर्ण अन्न

- **स्वप्नील वाडेकर** मुंबई.

भारत हा शेतीप्रधान देश आहे. येथे मोठ्या प्रमाणावर शेती होत असल्याने अन्नधान्य, भाज्या, फळफळावळ यांची विविधता मिळते. व तीही मुबलक प्रमाणात. भारताला ५६०० कि.मी. लांबीचा समुद्र किनारपट्टी लाभली आहे. भारतात. १३८ नद्या व उपनद्या आहेत. अफाट समुद्र किनारपट्टी व वाहणाऱ्या नद्या यामुळे मासे हा बहुतांश भारतीय लोकांचा महत्वाचा अन्नघटक बनला आहे. महाराष्ट्रात माशांचे खूप प्रकार पाहायला मिळतात. पापलेट, बोंबिल, बांगडा, सुरमई, हलवा, रावस, मुडदुशा, सौदाळे, मोरी, मुशी, कालवे, शिंपले, तिसऱ्या, खेकडे असे अनेक प्रकारचे मासे महाराष्ट्रातील खाद्यसंस्कृतीत स्थान पटकावून आहेत. महाराष्ट्रातील बहुतंश घरात मासे प्रमुख अन्न म्हणून खाल्ले जातात. असे असले महाराष्ट्रात खूप कमी लोकांना माशांबद्दल पूर्ण माहिती आहे. अनेक व्यक्तींना मासे खाण्याची इच्छा असते पण माशांच्या अर्धवट ज्ञानामुळे ते मासे खाणे टाळतात. सध्याची पिढी ही जिज्ञासू आहे आपण काय खावे, किती खावे याबद्दल ती बरीच जागरुक आहे. पण त्यांनाही माशांबद्दल पुरेशी माहीती नाही. मासा हा इतर अन्नघटकांपेक्षा खूप जास्त महत्वाचा आहे. दूध, अंडी यांची आहारात आवश्यकता असते. तेवढीच माशांचीही असते. फरक एवढाच आहे की दूध व अंड्यासारखी माशांची जाहिरात होत नाही.

माशांचे प्रामुख्याने तीन प्रकार असतात. पांढरे मासे, तेलकट मासे व कवचवाले मासे.

पांढरे मासे - पापलेट, शेतक, मुडदुशा असे पांढरी त्वचा असणारे मासे यात येतात. हे मासे पचायला हलके असून चवीला चांगले असतात. आणि कमी तेलाचे असतात. यांना स्वत :चे पाणीही कमी लागते. मुख्य म्हणजे यांना हिवंस वास नसतो.

तेलकट मासे - बांगडा, बोंबील, सुरमई, हलवा असे करड्या व काळपट रंगाचे मासे हे तेलकट असतात. हे मासे पचण्यास जड असतात. या माशांना स्वत :चे असे जास्तीचे तेल असते. जास्त तेलामुळे हे वासाने व चवीने उग्र असतात. यांना पाणीही जास्त असते. त्यामुळे हे पदार्थ करण्यापुर्वी दाब देऊन जास्तीचे पाणी काढून घ्यावे लागते.

कवचवाले मासे - सर्वात वरचा कातडीचा थर कडक, मजबुत असणारे मासे. उदा. कोळंबी, शिंपले, शेवड, तिसऱ्या,

खेकडे हे मासे या प्रकारात मोडतात. या ना तेल असते ना जास्तीचे पाणी. हे मासे पचायला जड असतात. प्रत्येक माशाला लक्षपूर्वक साफ करावे लागते. नाहीतर पोट बिघडण्याची क्षमता या माशांमध्ये असते.

ताजे मासे कसे ओळखावे ? बाजारातून मासे आणताना कोणती काळजी घ्यावी ? मासा निरखून पाहणे व तो ताजा शोधून आणणे ही एक कला आहे. मासा हा सर्वात संवेदनशील व नाजुक आहे. मासा विकत घेण्यापासून तो करेपर्यंत सततची नाजुकता बाळगणे आवश्यक ठरते. त्यामुळे ताजे मासे निवडून झाल्यावर ते कोळीणीकडून कापून व काटे काढून आणणे. मासा विकत घेताना तो कडक व ताठ असावा. मासे पाण्याने धुवावे त्यांच्या त्वचेवर विविध रंगाच्या छटा दिसल्यास मासा ताजा असतो. ताज्या माशाचे डोळे चकचकीत व सतेज असतात. माशांना शक्यतो बर्फात ठेवू नये. मोरी, मुशीसारखे माशांचे मांस हे समोर कापून घ्यावे. पापलेटच्या कल्ल्यातून पांढरा द्रव येत असल्यास ते ताजे समजावे. बोंबिल ताजे असताना तोंडाकडे केशरी, गुलाबी असतात. बोंबलात पाणी जास्त असल्याने लहान व मोटा न घेता मध्यम आकाराचे घ्यावे. तिसऱ्या, शिंपले घट्ट व बंद असलेले घ्यावेत. कारण ते ताजे असतात. उघडलेले शिंपले शिळे असतात. त्या साफ करण्यासाठी मोठ्या पातेल्यात तासभर पाण्यात घालून ठेवाव्यात त्यामुळे त्यातील वाळू बाहेर पडते. खाडीची कोळंबी समुद्री कोळंबीपेक्षा जास्त चवदार असते. करलीला काटे खूप असतात करली घेताना ती कोळीणीकडून तिरपी कापून घ्यावी.

ओमेगा-३ हे शरीरात होत नाही. तेलकट मासे हे ओमेगा-३ ॲसीड शरीराला मोठ्या प्रमाणावर पुरवतात. त्यामुळे रक्तभिसरण व्यवस्थित होते. हार्ट अटॅकटी शक्यता कमी होते. हार्ट-बीट व ब्लडप्रेशर व्यवस्थित करण्यासाठी आहारात तेलकट मासे घ्यावेत. मासे हे बुध्दीवर्धक असल्याने ते आहारात विशेषत: लहान मुलांच्या आहारात ठेवावे.

मासे व इतर मांसाहार यात काय फरक आहे. मासे वगळून इतर मांसाहारी पदार्थही खूप आहेत. आपल्या महाराष्ट्रात कोंबडी, बोकड, ससा, कबुतर इत्यादी मांस खाल्ले जाते. मटनातून चरबी खूप प्रमाणात असते. तर चिकनमध्ये कोलेस्ट्रोलचे प्रमाण जास्त असते. त्यापेक्षा मासे हे कमी चरबीचे व लो कॅलरीचे असतात. मासे हे प्रत्येकाने आवर्जुन खायला हवेत. वृध्द मंडळी, स्थूल व्यक्ती, मासिकपाळी संपलेल्या गृहिणींनी, वाढत्या वयाच्या मुलांनी हे खायला हवेत. ●

घरगुती उपाय



आपण छोट्या-मोठ्या दुखण्यासाठी डॉक्टरकडे जातो. पण कधी हे दुखणे इतके साधे असते की आपल्या घरगुती उपायाने सुध्दा बरे होणारे असतात. पण आपण ते करत नाही. त्यासाठी काही घरगुती उपाय.

पोटदुखी - ओवा व साखर गरम पाण्याबरोबर घेण्याने पोटदुखी कमी होते. लहान बाळामधील पोटदुखी पोट शेकण्यानेही कमी होते. अगदी तान्हे बाळ असेल तर आईने ओवा चावून बाळाच्या बेंबीवर तोंडानेच वाफारा सोडला तरी पोटदुखी कमी होते. मात्र गॅसेसमुळे बाळाचे पोट दुखत असेल तर हिंग पाण्यात कालवुन त्याचा लेप बेंबीभोवती दिल्याने आराम पडतो.

उलटी - उलट्या होत असतील तर धने रात्री पाण्यात भिजत घालावेत. ते पाणी धन्यासकट उकळावे. यात साखर व मीठ घालून थोडे-थोडे पाजत राहावे.

पाय दुखणे - पाव चमचा कच्चे तीळ चावून खावेत. महिनाभर हा उपाय केल्याने पाय दुखणे थांबते.

अपचन - अपचनावर लंघन हा सर्वोत्तम उपाय आहे. लिंबू, मीठ घालून केलेले सरबत थोड्या-थोड्या वेळाने पिण्यानेही फरक पडतो. अननसाच्या फोडी करुन त्यावर साखर घालून खाव्यात. त्यानेही पचन सुधारते.

दात दुखणे - त्रिफळा चुर्णाने दात घासल्याने दातदुखी थांबतेच पण दात आवळुन येतात. हिरड्यांना सुज असेल तर त्रिफळा चूर्ण लावल्याने आराम मिळतो.

कंबरदुखी - रात्री झोपताना गरम पाण्याच्या पिशवीने कंबर शेकावी. रोज १ चमचा सुंठवडा आठ दिवस खाल्याने कंबरदुखी बंद होते.

जुलाब - जुलाब होत असतील तर २ चमचे खसखस तुपात परतावी व दुधात शिजवावी. हे मिश्रण प्यायल्याने जुलाब थांबतात. अगदी लहान बाळाला जुलाब होत असतील तर जायफळ उगाळून साखरेबरोबर चाटवावे.

उसण भरणे - कोठेही उसण भरली अथवा लचक आली तर मोहरीचे तेल मालिश करुन लावावे व मग तो भाग शेकावा. असे सोपे पण घरगुती उपाय केल्यास वारंवार डॉक्टरकडे जावे लागणार नाही.

(उपचार करण्यापुर्वी तज्ज्ञांचा योग्य सल्ला घ्यावा)



मुलांची स्मरणशक्ती वाढण्यासाठी

रात्री ७-८ बदाम भिजवत ठेवा. सकाळी त्याची साल काढून पेस्ट बनवा. ही पेस्ट आणि एक चमचा मध दुधात मिसळून प्यावे. स्मरणशक्ती वाढते.

आले आणि जिरे यांची पावडर खडीसाखरेबरोबर घेतल्याने स्मरणशक्ती वाढते.

नियमित १ चमचा मध व दालचिनी पावडर घेतल्याने स्मरणशक्ती वाढते.

एक चमचा आवळा रस दोन चमचे मधात मिसळून प्या. यामुळे विसरभोळेपणा कमी होतो.

सुंदर दिसण्यासाठी



आजकाल सुंदर दिसायला कुणाला आवडत नाही. तर ते सर्वांनाच आवडते. मुळात आपण सुंदर असतोच. परंतु आपल्या राहणीमानावरुन आपल्या पोशाखावरुन ते दिसत असते. परंतु सुंदर दिसण्यासाठी नेमके काय करता येईल ते पाहुया.वेगवेगळ्या प्रकारचे हेअर स्टाईल करुन केसांना वेगळा लुक द्या. म्हणजे तुम्ही सुंदर दिसाल. केसांना शाम्पु लावून केस वेगाने घासू नका. शाम्पु लावून हळूवारपणे चोळा. डोके कोमट पाण्यानेच धुवा. कंगवा, ब्रश स्वच्छ ठेवा.दात मोत्यासारखे चमकण्यासाठी तज्ज्ञांची मदत घ्या. आपण वापरत असलेली टूथपेस्ट दातांच्या डागांसोबत दातांचे पुन्हा उत्पन्न न होणारे एनॅमलही घालवत आहे का ते पाहा. दात साफ करताना जीभही साफ करा. जर अंगात स्फूर्ती व चैतन्य खेळते राहावे. असे वाटत असेल तर फक्त १० मिनिटे वेगात चाला.

मेकअपचे सामान आणि त्याची काळजी



लिपस्टिक - लिपस्टिक खरेदी करताना तुमची स्किन जर फेअर असेल तर हलक्या गुलाबी किंवा बदामी रंगाची लिपस्टिक घ्या. गव्हाळ वर्णासाठी लाल कलरची लिपस्टिक घ्या. सावळ्या स्किनवर पिंक शेड्स उठून दिसते. म्हणून पिंक लिपस्टिक घ्या.

ब्रोजर - याचा रोजच्या मेकअपसाठी फारसा उपयोग होत नाही. मात्र उन्हामुळे तुमचा मेकअप खराब होणार असेल तर गाल, नाक, कपाळ या ठिकाणी तुम्ही ब्रोजरचा हलकासा टचअप करु शकता.

मस्कारा - मस्कारा खरेदी करताना तुमच्या आयलॅशेज दाट आणि काळ्याभोर दिसतील. हे बघून घ्या. मस्काराचे दोन कोट लावायला हवेत. जेव्हा पहिल्यांदा लावलेला मस्कारा सुकेल तेव्हा ब्रशच्या सहाय्याने तुम्ही आयलॅशेज व्यवस्थित करुन घ्या. यामुळे जास्तीचा मस्कारा निघून जाईल. आणि आयलॅशेजसुध्दा नैसर्गिक दिसतील.

फाऊंडेशन - उन्हाळ्याच्या आणि थंडीच्या दिवसात तुम्ही लिक्विड फाऊंडेशन खरेदी करु शकता. नेहमी चांगल्या क्वालिटीचे फाऊंडेशन विकत घ्यायला हवे. यामुळे तुमच्या स्कीनला एक स्मूद इफेक्ट मिळेल. फाऊंडेशन लावताना नेहमी ब्रशने लावावा. म्हणजे संपूर्ण चेहऱ्यावर ते एकसारखं लागेल.

वाढत्या वयात कोणती काळजी घ्यावी



आजकाल माणसाची जीवनशैली खुपच धावपळीची झाली आहे. कामाच्या गडबडीत आपल्या तब्येतीकडे लक्ष द्यायला वेळच मिळत नसतो. मग वय वाढले की तब्येतीच्या कुरकुरी चालू होतात. त्यासाठी वेळीच काळजी घेतली तर आपले आयुष्य सुखकर होईल.

वयाची चाळीशी जवळ आली की, धावपळ, चिंता, तणाव यापासून बचाव करावा. तसेच या वयात ब्लडप्रेशर नियमितपणे तपासून घ्यावे. शंका आल्यास आवश्यक त्या तपासण्या करुन घ्याव्यात. या वयात त्वचा अधिक प्रभावित होते. खासकरुन चेहऱ्याच्या त्वचेवर भुऱ्या रंगाचे डाग दिसू लागतात. यासाठी त्वचारोग तज्ज्ञांचा सल्ला घ्यावा. चांगल्या प्रतीच्या क्रिमचा उपयोग करावा.

या वयात हायपर टेंशन, लठ्ठपणा, हाय कोलेस्टेरॉल, डायबिटीस, हृदयरोग आदी असू शकतात. या आजारांशी अथवा या आजारांच्या शक्यता कमी करण्यासाठी भोजनात पौष्टिकतत्व सामील करणे जरुरी आहे. यासाठी संतुलित हलका आणि सुवाच्च आहार घ्यावा. पालक, भेंडी, कारले तसेच फळे व अकुरीत धान्य यांचे सेवन करावे. सोयाबीन, मेथी, चनाडाळ, जांभुळ, पनीर, दूध आदींचे सेवन करावे. तळलेले व मसालेदार पदार्थाचे सेवन कमी करावे. भरपुर पाणी प्यावे. अशा देखभालीने चाळीशी नंतर देखील आपले शरीरस्वास्त चांगले राहील.

टिप्स

कोपर व घोट्यांवर लिंबाच्या साली घासल्याने तेथील त्वचा मुलायम होते.

भाजीत जर रस्सा जास्त झाला असेल तर त्यात वाळलेल्या ब्रेडचा चुरा करुन टाकावा रस्सा दाट होईल.

जर भाजीत मिरची जास्त पडली असेल तर त्यात थोडासा टोमॅटो सॉस घालावा. तिखटपणा कमी होईल.

लिंबाच्या साली रुंद तोंडाच्या बाटलीत भरुन टेवून त्यावर मीठ शिडकावे. काही दिवसानंतर त्याचे लोणचे तयार होईल.

लसणाच्या पाकळ्या पाच-दहा मिनिटे पाण्यात भिजत घालून नंतर सोलाव्यात पटकन सोलल्या जातात.

हाताच्या त्वचेच्या मृत पेशी घालवण्यासाठी लिंबाचा रस व मीठ एकत्र करुन टुथब्रशने हाताला चोळावे व मग हात धुऊन टाकावे.

रोज रात्री दोन बदाम पाण्यात भिजत घालून दुसऱ्या दिवशी सकाळी खावे. आठवड्यातून दोन-चार वेळा मोड आलेली कडधान्ये खावीत.



थंडीच्या दिवसात हाता पायांची काळजी कशी घ्यावी ?

अधूनमधून हातांना मसाज करुन घ्यावा.

हाताला पडलेले भाज्यांचे डाग बेकिंग सोडा किंवा लिंबाच्या रसाने जातात.

पायाला प्यूमिक स्टोन किंवा वजरीने घासून धुऊन मग कोरडे करुन क्रीम लावल्यास पाय मऊ राहतात. भेगांसाठी क्रीम मिळतात ती लावावीत. शक्यतो पायात मोजे घालून टेवावेत. चिखल्या होऊ नयेत म्हणून पाय बुटात सतत टेवू नयेत. पाय स्वच्छ व कोरडे ठेवावेत. पायांसाठी मिळणारी पावडर वापरावी. दिवसभर उभे राहून पाय थकले असतील तर गरम पाण्यात थोडं मीठ घालून त्या पाण्यात पाय बुडवावेत थकवा जातो.

गर्भवती महिलांसाठी व्यायाम



गर्भवती महिलांनी आपल्या डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार व्यायाम करावा. व्यायाम करताना काही गोष्टी लक्षात ठेवणे गरजेचे आहे.

सुरुवातीला हलके व्यायाम करावे. नियमित व्यायामाची सवय लावावी. जसे उभ्या-उभ्या सायकल चालविणे. श्वासावर नियंत्रण ठेवणे. तुमच्या प्रसव वेळी ते उपयोगी पडू शकते. यामुळे डिलीव्हरी सोपी होण्यास मदत होते. जास्त अवघड आणि जोश असलेले व्यायाम करु नयेत. उठता-बसता तुमची स्थिती अचानक बदलु नका. गर्भावस्थेत पाण्याची कमी असणे खूप धोक्याचे असते. चक्कर येणे, थकवा येणे, डोळ्यात कमजोरी होणे, श्वास फुलणे इत्यादी कारणे आढळल्यास डॉक्टरांकडे लगेच जावे. अशी काळजी घेतली तर जन्माला येणारे बाळ नक्कीच सुधरुढ असेल.

केस गळतीवर उपाय



केस सुरक्षित व सुंदर राहण्यासाठी त्यांची काळजी घेणेही गरजेचे असते. वेळोवेळी त्यांना तेलाची मालीश करणे. व्यवस्थित विचरणे. स्वच्छ फणी वापरणे. तरीही केस गळत असतील तर पुढील उपाय करुन पाहा.

१०० ग्रॅम कडुलिंबाची पाने १ लिटर पाण्यात उकळा त्याने केस धुवा व कडुलिंबाचे तेल लावा.

दही तांब्याच्या भांड्यात घेऊन ते हिरवे होईपर्यंत घोटावे. नंतर ते केसाना लावावे. केसगळती थांबुन केस वेगाने वाढतात.

कांद्याचा रस व मध समप्रमाणत घेऊन केसांना लावल्यास केस गळायचे बंद होतात.

कोबीच्या रसाने जर थोडे दिवस मालिश केले तर केस गळणे थांबते.

कडुलिंबाची आणि बोराची पाने पाण्यात वाटून डोक्याला लावावीत. दोन-तीन तासानंतर केस धुवावेत. यामुळे केस गळायचे थांबतात.



सुखी संसारासाठी एकमेकावर विश्वास महत्वाचा

आजकाल मुले-मुली खुप शिकलेली असतात. जेव्हा ती लग्न करुन संसाराला लागतात. तेव्हा त्यांनी आपल्या जोडीदारावर विश्वास टेवणे महत्वाचे असते. एकमेकांच्या विश्वासावर त्यांचा संसार सुखी झालेला असतो. म्हणून हा विश्वास मिळविणे गरजेचे असते.

पत्नीने आपल्या पतीवर विनाकारण संशय घेऊ नये. तसेच पतीने देखील आपल्या पत्नीवर संशय घेऊ नये. ती कुणाशी बोलली, हसली, तरी लगेच संशय घेऊन त्याबद्दल तिच्याशी अबोला धरु नये. त्यामुळे नात्यात तडा जाऊन सुखी संसाराचे स्वप्न कधीच पुर्ण होणार नाही. म्हणून पती-पत्नीने एकमेकांवर विश्वास टेवणे गरजेचे आहे. पती-पत्नीने जीवनात तडजोडीचे धोरण टेवावे. घरकाम हे केवळ महिलांचेच काम नसून ते दोघांनी मिळून-मिसळून करावे. पत्नीने आपल्या पतीच्या नातेवाईकांशी नेहमी आपुलकीने वागावे. त्यांचा आदर सत्कार करावा. फक्त पती व मुलांचा विचार न करता सासु सासऱ्यांशीही चांगले वागावे. जर एकत्र कुटुंब असेल तर पतीने आपल्या पत्नीला सकाळ-संध्याकाळ फिरायला न्यावे. त्यामुळे आपल्याला एकांतही मिळतो. आजच्या धावपळीच्या जीवनात माणसाकडे वेळच उरला नाही. जर पती-पत्नीने एकमेकांशी संभाषण व हास्यविनोद केले नाही तर त्यांच्यात आबोला निर्माण होऊन नात्यात कटुता येईल. म्हणून पतीने नेहमी आपल्या पत्नीला खुष टेवावी. कारण स्त्री सुखी तर घर सुखी.

हिवाळ्यात कोणते पदार्थ खावेत



या दिवसात दुध व दुधापासून बनविलेले पदार्थ मलई इत्यादीचे सेवन करावे. या ऋतुमध्ये आपल्या पाचन शक्तीअनुसार केले जाऊ शकते.

दुधीभोपळा, गाजर, बीट, मुळा, टोमॅटो, वटुणा इ. भाजी, सुप, सॅलड यांचा उपयोग करावा. तसेच आल्याचे सेवन करावे.

स्निग्ध आहार घ्यावा. बाहेरील वातावरणामुळे शरीरामध्ये रुक्षता असते. ही रुक्षता दूर करण्यासाठी स्निग्ध भोजन घ्यावे.

बदाम, काजु, चारोळी, आक्रोड, पिस्ता असे सुकेमेवे पाचन क्षमतेनुसार घ्यावे.

गोड, आंबट व नमकीन रसयुक्त पदार्थाचे सेवन केले पाहिजे.

जटराग्नी तीव्र असण्याने उच्च प्रोटीनयुक्त आहार घेतला जाऊ शकतो. उदीड, राजमा, मुग यांच्या पिटापासून बनविलेले पदार्थ खावेत.



कडुनिंबाचा वृक्ष अनेक रोगांचा नाश करतो. कडुनिंबाचे दातवण दातांना बॅक्टेरियारहित बनविते याने दात मोत्यासारखे चमकतात. कडुनिंबाने त्वचा आणि श्वासासंबंधित रोग टीक होतात. कडुनिंबाच्या वृक्षाखाली बसून शुध्द वायू घेण्याने आयुष्य वाढते. रक्त शुध्दीसाठी कडुनिंबाचे तेल रामबाण औषध आहे. फोड, पुटकुल्यामध्ये कडुनिंबाच्या काढ्याने जखम धुतल्याने जखम लवकर बरी होते. कडुनिंबाच्या वृक्षाच्या पानांच्या धुराने मच्छर माश्या दूर जातात. मलेरिया रोगात कडुनिंबाचा उपयोग होतो.



नववधूने या गोष्टी जवळ ठेवाव्यात

लग्नाचे विधी आणि लग्नाच्या वेळेस तुम्ही जी साडी घालणार आहात. त्यासोबत ब्लाउज, पेटीकोट हे सर्व आहे की नाही हे तपासून घ्या. तुम्ही हेअर स्टाईल कशी करणार आहेत त्यानुसार हेअर पिना तुमच्याजवळ टेवा. लग्नाचे विधी सुरु झाल्यानंतर संध्याकाळपर्यंत तुमची लिपस्टिक तशीच रहावी असं वाटत असेल तर मध्ये तुम्हाला जेव्हा वेळ मिळेल तेव्हा पटकन टचअपसाठी तुम्ही लिपस्टिक जवळ टेवा. जर तुमच्याकडे लिपस्टिक लावण्यासाठी वेळ नसेल तर लीप बाम लावून तुमच्या ओटांचं सौंदर्य खुलवू शकता. तुमच्याकडे नऊवारी किंवा शालुला मॅच होईल अशी ज्वेलरी जवळ टेवा. अशा छोट्या-छोट्या पण महत्वाच्या वस्तू जवळ टेवल्या तर लग्नात नववधूचा गोंधळ होणार नाही.

प्रवास करताना कोणती काळजी घ्यावी



प्रवासात अनोळखी टिकाणी पोहोचल्यावर तिथला पत्ता घरच्यांना द्यावा.

रात्रीच्या वेळी प्रवास करताना महिलांनी नेहमी सावध राहावं आपण नेमके कुटे आहोत याची महिती वेळोवेळी घरच्यांना द्यावी.

कोणत्याही परिस्थितीत अडकल्यास तिथून पळायची तयारी टेवा, तसेच त्या परिस्थितीला खंबीरपणे सामोरे जा.

अनोळखी व्यक्तीजवळ खाऊ-पिऊ नका. प्रवासात अनोळखी व्यक्तीसमोर नवीन किंवा एकटं असल्याचं दाखवू नका.

अनोळखी व्यक्तीवर विश्वास टेवून त्याच्यासोबत जाऊ नका.

शिक्षणासाठी किंवा नोकरीसाठी नवीन जागेत जायचं असेल तर मुलींनी काही गोष्टींबाबत सावधगिरी बाळगावी. या सर्व सूचनांचे पालन केले तर आपला प्रवास नक्कीच सुखाचा होईल.

त्रिफळा औषधीयुक्त



त्रिफळा यकृताला शक्ती देतो आणि शरीरातील लोहाच्या कमतरतेची पूतर्त करतो.

त्रिफळा मनुष्याच्या ग्लॅंड्स, स्नायू, मेंदू, यकृत, हृदय आणि पाचन अंग यांना ताकदवान करतो.

त्रिफळाच्या पाण्याने डोके आणि केस धुतल्याने केस दाट, काळे, सुंदर व चमकदार होतात.

त्रिफळामुळे जुनी डोकेदुखी, हाय ब्लडप्रेशह, नाकातून रक्त येणे या तक्रारी दूर होतात. याच्या पाण्याने जखम धुतल्यास लवकर बरी होते. त्रिफळा अमाशय आणि आतड्यांना शक्तीशाली बनविते. असा औषधीयुक्त त्रिफल सर्वांनी खाऊन पाहावा.



आदर्श विद्यार्थी कसे व्हाल ?

आपल्याला लहानाचे मोठे आई-वडिल करतात. पण त्याचबरोबर आपल्याला आदर्श विद्यार्थी होण्यास शिक्षक मदत करतात. शिक्षक आपल्याला ज्ञान देऊन सुसंस्काराचे आणि शिष्टाचाराचे धडे देतात. त्याचा आपल्याला मोठे झाल्यावर खूप फायदा होतो. त्यासाठी आपल्या शिक्षकांचा मनापासून आदर करावा त्यांना आदरपूर्वक नमस्कार करावा, शिक्षकांच्या गैरहजेरीत त्यांची चेष्टा-मस्करी करु नये, शाळेत जाण्यापुर्वी आपला होमवर्क पूर्ण करावा, खोट्या सबबी सांगून तास बुडवू नका, आपला गणवेश स्वच्छ आणि व्यवस्थित इस्त्री केलेला असावा, वर्गात आपसात गप्पा मारु नये. या सर्व गोष्टी आपण पाळल्या तर नक्कीच तुम्ही आदर्श विद्यार्थी होणार.

टिप्स

★ तांब्या-पितळी वस्तुंवर पडलेले हिरवे, निळे डाग घालवण्यासाठी नवसागर आणि मीट मिसळलेल्या मिश्रणाने साफ करता येते. साफ केल्यानंतर वस्तु स्वच्छ पाण्याने धुवून व्यवस्थित सुकवून घ्याव्यात.

★ वेलदोड्याच्या साली पाण्यात टाकल्यास पाणी सुवासिक होते.

★ आरसा स्वच्छ करण्यासाठी बटाट्याच्या साली वापराव्यात. आरसा स्वच्छ होतो.

★ बेसन, मैदा आणि पिटाच्या डब्यात कारल्याच्या साली टेवल्या तर कीड लागत नाही.

★ मशरुमचे देठ टाकून न देता त्याचे सुप बनवावे.

कुठल्या वस्तु फ्रीजमध्ये ठेवू नयेत



बटाटे जास्त थंड झाल्यावर बटाट्यातील स्टार्च शुगर बनतो.

आलुबुखार, चेरी हि बिया असणारी फळे फ्रीजमध्ये ठेवू नये. जर टेवायची असेल तर खाण्याच्या अर्धा तास आधी ठेवून खाऊ शकता.

संत्री, लिंबु यामध्ये मोठ्या प्रमाणात सायट्रिक ॲसिड असते. त्यामुळे फ्रीजमधील जास्त गारवा या फळांना सहन होत नाही. त्यामुळे त्यांच्या सालांवर डाग पडतात आणि फळांची चव बदलते.

द्राक्षे फ्रीजमध्ये ठेवताना ती धुऊन ठेवली तर ती खराब होतात. म्हणून द्राक्षे फ्रीजमध्ये टेवायची असतील तर ती न धुता पॉलिथीनमध्ये ठेवा.

कांदे फ्रीजमध्ये ठेवू नये, कारण कांदे फ्रिजमध्ये ठेवल्याने मऊ पडतात व इतर पदार्थांना त्याचा वास लागतो.

द्राक्षे



द्राक्षामध्ये खनिज, आयोडिन, ग्लुकोज तसेच सामान्य शर्करा २२ टक्क्यापेक्षा अधिक असते. यामध्ये व्हिटॅमिन ए, बी, सी असतात. द्राक्षे निरोगी मनुष्यासाठी पौष्टिक भोजन आणि रोग्यासाठी आरोग्यवर्धक पथ्य आहे. द्राक्षाच्या सेवनाने पोटातील आग व गॅसेस दूर होतात.

लहान मुलांमध्ये प्रेमाचं नातं कसं टिकवाल ?



मुल जेव्हा एक वर्षाचं असेल तेव्हा त्याच्याशी बोलुन संवाद साधू शकता. मुलांशी नुसतं बोलुन नाही तर त्यांना खाऊ घालणं, आंघोळ करणं, गाणी म्हणून दाखवणं अशा गोष्टींमुळे मुल आपल्याकडून अनेक गोष्टी शिकत असतं. मुलांना तुम्ही त्यांच्याशी बोलत आहात. आणि त्यांना वेळ देत आहात याचं समाधान त्यांच्या हसण्यातून दिसत असतं. शिवाय त्यांचा आत्मविश्वास निर्माण करण्याच काम प्रथम घरातून झालं पाहिजे मग शाळेत ते काम सोप्पं होतं. दुसऱ्या वर्षी त्यांना बोलायला शिकवा. त्यांच्या अवाडीनिवडी जाणून घ्या. शब्द, चित्र यांची ओळख त्यांना करायला शिकवा. त्यांना स्वच्छतेबद्दलच्या गोष्टी शिकवा. तिसऱ्या वर्षी मुल अनुकरण करायला शिकतात. तेव्हा त्यांच्यासमोर आपण व्यवस्थित वागायला हवं याची जाणीव असू द्या. चौथ्या वर्षी मुलांना शाळेबरोबर इतर गोष्टीत रस असेल तर ते शिकवण्याचा प्रयत्न करा. या वयात त्यांना विविध आकार आणि त्यांची ओळख करायला शिकवा. घरात घडणाऱ्या गोष्टींबद्दल त्यांना माहिती द्या. पाचव्या वर्षी मुल स्वत:ची काम स्वत: करत असतात. त्यांना चांगल्या सवयी लावणे जसं आपलं काम आहे त्याप्रमाणे त्यांच्या वयाचा मान ठेवून त्यांना तशी वागणूक द्या. सहाव्या वर्षी मुल शाळेत जाऊन अनेक नवीन विषय, भाषा शिकत असतात. त्यांचा शारीरिक आणि मानसिक विकास झपाट्याने होत असतो. त्यांच्या खाण्या-पिण्याकडे लक्ष द्या. त्यांचं कौतुक करा, त्यांना प्रोत्साहन द्या. त्यांच्या चुकांवर पांघरुन न घालता त्यांना समजावून सांगा. अशा सर्व गोष्टी समजावल्या की मुल आणि आपल्यामध्ये एक प्रेमाचं नात असतं. ते व्यवस्थित टिकतं.



जिऱ्याचे फायदे

तापात जिऱ्यासोबत गुळ मिसळून १०-१० ग्रॅमच्या गोळ्या बनवाव्यात. तीन चार वेळा एक एक गोळी दिल्यास ताप कमी होतो.

स्थुलतेसारख्या त्रासात हिंग, जिरे आणि काळे मीट समप्रमाणात एकत्र मिसळून चूर्ण तयार करावे. व ते दिवसातून दोन वेळा दही किंवा पाण्यासोबत घ्यावे. याने स्थुलता कमी होते.

विंचू चावल्यास मधात जिऱ्याचे चूर्ण व मीट मिसळून चावलेल्या जागी लावल्यास आराम पडतो.

तेलात जिरे गरम करुन करुन हे तेल कोमट झाल्यावर डोक्याला मसाज करावा. यामुळे कोंडा नाहीसा होतो.

औषधांबाबत काळजी



औषधांचा अतिरेक किंवा चुकीचा वापर यामुळे जीवन हानिकारक व खतरनाक होऊ शकते. त्यासाठी खालील गोष्टींकडे लक्ष असू द्या.

डॉक्टरांनी सांगितल्याशिवाय औषधे घेऊ नयेत.

एखादे औषध थंड ठिकाणी ठेवण्याचा सल्ला लिहिलेला असल्यास त्याचे पालन करावे.

लहान मुलांपासून औषधे नेहमी दूर ठेवावीत.

झोप येत नसेल तर डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषधे घेऊ नयेत.

अधिकृत औषध विक्रेत्याकडून औषधे खरेदी करावी. व रिसीट अवश्य घ्यावी. अशा छोट्या गोष्टी लक्षात ठेवल्यास आपले आरोग्य चांगले राहील.



कुटुंबासाठी पोषक आहार करताना घ्यायची काळजी

आपण आपल्या कुटुंबाच्या आरोग्यासाठी आपला स्वयंपाक पौष्टिक होण्याकडे जास्त लक्ष देतो. अन्नातील पोषणमूल्ये टिकवून टेवण्यासाठी थोडी दक्षता घेतली तर आपल्या कुटुंबाला पौष्टिक अन्न नक्कीच मिळेल.

नॉनस्टिक आणि डिझाइनची भांडी खरेदी करताना त्यात स्वयंपाक करताना त्याचा पेंट जात नाही ना याची खात्री करुन घ्यावी. अन्यथा तो पेंट पोटात जाऊन पचनासंबंधित समस्या निर्माण होतील.

पालेभाज्या चिंच वा लिंबाच्या रसासोबत शिजवल्यास त्यांचे पोषणमूल्य नाहीसे होते. त्या सामान्य व कमीत कमी मसाल्यांसोबत शिजवाव्यात.

डाळी व शेंगा खरेदी करताना पॉलिश न केलेल्या खाद्यपदार्थांना प्राधान्य द्यावे. अनेक भाज्या जास्त दिवस टिकवण्यासाठी त्यावर किटनाशके आणि इतर औषधे फवारली जातात. भाज्यांवरील आवरण हटवण्यासाठी त्या प्रथम पोटॅशियम पॅरमॅग्रेट युक्त पाण्याने व नंतर साध्या पाण्याने धुवाव्यात.

पालेभाजी कधीही जास्त शिजवू नका. कारण ती जास्त शिजवल्याने त्यातील पौष्टिकता कमी होते.



पडसे कशामुळे होते? व त्यावर उपाय

थंड वाऱ्यात हिंडणे, गार पाणी पिणे, थंड पाण्याने आंघोळ करणे, हवेत बदल होणे, उन्हाळ्यात अचानक थंडी पडणे यामध्ये शिंका येतात, नाक चोंदते, डोके जड होते. यामुळे पडसे होते. यासाठी पाण्यात तुळस, निलगिरी तेल ही औषधे घालून पाणी उकळावे, वाफ येण्यास सुरुवात झाली की डोक्यावर टॉवेल घेऊन त्या हे गरम पाण्याचे पातेले झाकून वाफ फुफ्फुसात ओढून घ्यावी.

आल्याचा रस, तुळशीच्या पानांचा रस काढून त्यात गुळ घालून ५ मि. ली. तीन-चार वेळा घ्यावे.

गवतीचहा, सुंट, खडीसाखर याचा काढ करुन तो तीन वेळा घ्यावा.

निलगिरी हुंगावे, त्रिकुट, गवतीचहा, दालचिनी, तमालपत्र व खडीसाखर यांचा काढा घ्यावा. असे घरगुती औषधे करुन सर्दी पडसे बरे करावे.

थंडीच्या दिवसात त्वचेची काळजी



थंडीच्या दिवसात हात, पाय, कोपर, घोटे यांच्यावरील त्वचा कोरडी होते. त्यामुळे रात्री झोपताना या भागांना क्रीम लावून झोपावं. हिवाळ्यात त्वचा नाजूक असते. सोरायसिस, इसप किंवा अन्य काही त्वचारोग असलेल्यांनी या दिवसात अधिक काळजी घ्यायला हवी. केमिकल असलेल्या डिटर्जंट पावडरचा वापर टाळावा. सौम्य प्रतीच्या क्लिन्झर्स किंवा मॉईश्चराइझरचा वापर करावा. आपण थंडीच्या दिवसात पाणी कमी पितो. म्हणून या दिवसात पाणीदार फळाचे अधिक प्रमाणात सेवन करावे. अधिकाधिक सी जीवनसत्व कसं मिळेल याचा विचार करावा. त्याचप्रमाणे ओमेगा-३ ज्यातून मिळतं अशा माशाचं सेवन करावे. अशा प्रकारे थंडीच्या दिवसात आपल्या त्वचेची काळजी घेतली तर त्वचा नक्कीच तजेलदार दिसेल.



औषधी आले

आले तोंडामध्ये ठेवताच लाळग्रंथी सक्रिय होतात. ज्यामुळे घशामध्ये ओलावा राहतो. घसा कोरडा पडल्यास आल्याचा रस उपयोगी असतो. आले पचनक्रिया तंदुरुस्त ठेवते. हे रक्त शुध्द करते तसेच छाती आणि फुफ्फुसात रक्तसंचार कायम राखते. याच्या उपयोगाने मलावरोध दूर होतो. आले, खडीसाखर आणि देशी तूप समप्रमाणात घेऊन हे मिश्रण तुपामध्ये लाल होईपर्यंत परतावे. नंतर हे मिश्रण स्वच्छ बरणीमध्ये भरुन ठेवावे. खोकला, सर्दी पडसे यामध्ये हे मिश्रण तोंडामध्ये टाकून चुखत राहावे. तसेच तुळशीच्या पानाबरोबर आल्याचा काढा पिन्यानेही सर्दी-पडसे दूर होते.



भातासाठी कोणता तांदूळ वापरावा

रोजच्या भातासाठी कोलम, आंबेमोहर तांदूळ वापरावा. तसेच लहान मुलांसाठी आणि पथ्य असणाऱ्यांसाठी इंद्रायणी तांदूळ वापरावा.

बिर्याणी किंवा पुलाव करताना तांदळाच्या दुप्पट पाणी घालावे. चमचाभर साजुक तूप घातल्याने भात मोकळा होतो.

पुलाव किंवा बिर्याणी करताना विविध रंगाच्या भाज्या वापराव्यात. यामुळे भात चवीबरोबर दिसतोही छान दिसतो.

भात जर पचायला जड जात असेल तर त्यात चिमूट भर हिंगाची पूड घालावी. त्यामुळे भात पचायला जड जात नाही.

भात शिजवताना त्यात जर चमचाभर लिंबाचा रस घातला तर भात पांढराशुभ्र होतो.

स्वयंपाकाचा गॅस कसा वाचवावा



स्वयंपाक करण्यापुर्वी त्याची पुर्वयोजना करावी. काय बनवायचे आहे याचा विचार करुन ठेवावा. त्यासाठी लागणारे साहित्य जमा करुन मगच गॅस पेटवावा. म्हणजे जेवण करायला घ्यायचे आणि कढई, झारे शोधत बसायचे. म्हणजे गॅस वाया घालवणे. जेवण करताना जास्तीत-जास्त प्रेशर कुकरचा वापरा करावा. त्यामुळे २० ते ५० टक्के गॅस वाचवू शकतो. शक्यतो रुंद तळाची भांडी वापरावीत. कारण ती लवकर तापतात. ज्या भांड्यात अन्न शिजवायचे आहे ते झाकून ठेवावे. त्यामुळे उष्णता बाहेर जात नाही. व अन्न लवकर शिजते. अन्न शिजवण्यासाठी पाणी योग्य प्रमाणात घालावे. डाळी, तांदुळ, कडधान्ये शिजण्यापुर्वी पुरेसा वेळ पाण्यात भिजवल्यामुळे गॅसची बरीच बचत होते. काबुली चणे रात्रभर भिजत ठेवल्यास २० गॅसची बचत होते. अशा पध्दतीने गॅस वाचवल्यास आपलाच फायदा होतो.

पपई

पपईचा उपयोग कच्च्या आणि पिकलेल्या दोन्ही रुपात केला जातो. पपई पोटासंबंधी रोगांमध्ये उपयोगी आहे. याच्या सेवनाने पचनक्रिया सुधारते. मलावरोधासारखे जुने रोग पपई खाल्याने दूर होतात.



पपईचे नियमित सेवन केल्याने मुळव्याधीमध्ये आराम मिळतो. अल्सर रोगात पपईचे सेवन लाभदायक टरते. पपईच्या १० बिया पाण्यामध्ये मिसळून पिण्याने पोटाचे कृमी नष्ट होतात. फाइलेरियाची सूज तसेच वातिक शुल यामध्ये पपईचे पोटीस बनवून बांधण्याने फार आराम मिळतो. अशा प्रकारे पपईचे अनेक औषधी गुणधर्म आहेत. परंतु अती प्रमाणात देखील खाऊ नये. तसेच गर्भवती महिलांनी पपई खाऊ नये.





बदाम - बदामात असलेले ६५ टक्के मोनोसॅच्युरेटेड फॅट शरीरातील कोलेस्ट्रॉल कमी करण्यास मदत करते. बदाम खाताना सालीसकट खावे. यामुळे हृदय आणि रक्त धामन्या सुरक्षित टेवण्यास मदत होते. बदामामध्ये कार्बोहायड्रेट्सचे प्रमाण कमी असते. बदामात ई व बी व्हिटॅमिन आणि फायबर उपलब्ध असते.

आले - दररोज आहारात आल्याचा समावेश केल्यास छोट्या-मोठ्या आजारांपासून दूर राहता येते. आले तिखट रसाचे, पाचक, मलसारक आहे. आल्यामध्ये अँटीबॅक्टिरियल आणि अँटीइंफ्लामेंट्री तत्व आढळून येतात. यामध्ये पोटदुखीची समस्या त्वरीत दूर होते. आल्याच्या सेवनाने गॅस, ॲसिडिटीची समस्या निर्माण करणारे विषाणू नष्ट होतात.

थंडीत हे जरुर खावे

शेंगदाणे - शेंगदाण्यामध्ये ४२६ कॅलरीज, ५ ग्रॅम कार्बोहायड्रेट, १७ ग्रॅम प्रोटीन आणि ३५ ग्रॅम वसा असतो. शेंगदाणे आयर्न, नियासिन, फॉलेट कॅल्शिअम आणि झिंकचा उत्तम स्त्रोत आहे. शेंगदाण्याचे पोषक तत्व प्राप्त करण्यासाठी हिवाळ्यात दररोज लाल आवरण असलेले कमीत-कमी २० शेंगदाणे खावेत.

बाजरी - बाजरीपासून शरीराला जास्त उष्णता मिळते. थंडीच्या दिवसात बाजरीची भाकरी अवश्य खावी. इतर धान्याच्या तुलनेत बाजरीमध्ये सर्वात जास्त प्रोटीनचे प्रमाण असते. बाजरीमध्ये शरीरासाठी आवश्यक तत्व, मॅग्रेशियम, कॅल्शिअम, फायबर ,व्हिटॅमिन भरपुर प्रमाणात असते.

तीळ - संधिवातासारख्या विकारांवर तीळ उपयुक्त ठरते. यातील फायटोस्टिरोल्स रक्तातील वाढलेले कोलेस्टेरॉल कमी करुन कॅन्सरपासून संरक्षण करतात. तिळाच्या तेलात मोनो आणि पॉलि अनसॅच्युरेटेड फॅट्स आहेत. तिळातील झिंक हाडांचा ठिसूळपणा रोखते.





मध - मधाला आयुर्वेदात अमृत मानले गेले आहे. मधाचे सेवन सर्व ऋतूत केले जाते. परंतु हिवाळ्यात मधाचा उपयोग विशेष लाभदायक ठरतो. थंडीच्या काळात आहारात मधाचा अवश्य समावेश करावा. यामुळे पचनक्रियेत सुधार होऊन रोगप्रतिकार शक्ती वाढेल. त्यामुळे हे सर्व पदार्थ थंडीत खायलाच पाहिजेत.

वाढत्या वयात सौंदर्य जपा



वय वाढू लागले की आपल्या चेहऱ्यावर सुरकुत्या दिसू लागतात. त्या दिसू नयेत म्हणून आपण आटोकाट प्रयत्न करत असतो. त्यासाठी या साध्या आणि सोप्या गोष्टी करा.

दही व बेसनाची पेस्ट बनवून चेहऱ्यावर लावा. अर्ध्या तासानंतर ताज्या पाण्याने धुवा. चेहरा तरतरीत होईल.

एक चमचा मधात अर्धा चमचा गाजराचा रस मिसळा आणि तो चेहऱ्यावर आणि मानेवर लावा. १५-२० मिनिटानंतर कोमट पाण्यात सोडा बाय कार्बोनेट मिसळून ओल्या स्पंज वा कापसाने साफ करा. यामुळे त्वचेवरील बारीक सुरकुत्या व रुक्षपणा नाहीसा होईल.

मेथीची पाने वाटून रात्री झोपताना चेहऱ्यावर लावा. सकाळी चेहरा धुवा. यामुळे चेहऱ्यावरील सुरकुत्या कमी होतील.

लग्नानंतर दरवर्षी येणाऱ्या त्या दिवसाला मॅरेज डे म्हणजेच लग्नाचा वाढदिवस म्हणतात. पुर्वी आपल्या देशात जन्माचा वा लग्नाचा वाढदिवस साजरा करण्याची पध्दत नव्हती. पाश्चात्य संस्कृतीच्या वाढत्या प्रभावामुळे असे दिवस साजरे करण्याचे प्रमाण आपल्याकडे वाढत गेले व आज ती एक प्रथा वा परंपराच झाली आहे. काही जण लग्नाचा वाढदिवस साजरा करण्यासाठी पार्टी ठेवतात. व आपल्या नातेवाईक, मित्रमंडळींना बोलावतात. पण लग्नाचा वाढदिवस साजरा करण्याची ही योग्य पध्दत नाही. लग्नाचा वाढदिवस प्रत्येकाच्या जीवनातील महत्वाचा दिवस असतो. तसाच तो पती-पत्नी दोघांचाही महत्वाचा दिवस असतो. त्यामुळे हा दिवस दोघांनी रोजच्या दिनक्रमापेक्षा वेगळ्या पध्दतीने आणि एकमेकांच्या सान्निध्यात घालवायला हवा. वर्षभर दोघेही

लग्नाचा वाढदिवस कसा साजरा करावा



साचेबंद जीवन जगून त्रासलेले असतात. एकमेकांना रोज भेटूनही त्यांना एकमेकांशी बोलायला, परस्परांच्या भावना समजून घ्यायला वेळच मिळत नसतो. पती आपल्या नोकरी, व्यवसायात तर पत्नी घरकामाच्या रामरगाड्यात गुरफटलेली असते. त्यातून ती नोकरी करणारी असेल तर दोघांना वेळच नसतो. यामुळे सध्याच्या काळात लग्नाचा वाढदिवस दोघांनीही संपूर्ण दिवस एकमेकांच्या सहवासात राहूनच साजरा करायला हवा. या दिवशी सर्व कामातून सुट्टी घेऊन दोघांनी एखाद्या रमणीय ठिकाणी जावे. घरी स्वयंपाकाचा घाट न घालता बाहेरच जेवण करावे. दोघांनी परस्परांची आवड-निवड व आपली आर्थिक क्षमता लक्षात घेऊन एकमेकांना भेटवस्तू द्याव्यात. लग्नाचा वाढदिवस हा आपल्या भावी आयुष्यातील सुख-शांती व प्रेम वाढविणारा असावा.



योगा करा आणि ताण-तणावापासून दूर राहा

आज समाजाचे आधुनिकीकरण झाल्याने मनुष्याच्या व्यक्तीमत्वामध्ये असंतुलन आले आहे. त्याचा परिणाम मानसिक तणावाच्या रुपात होत आहे. आज जितके आजार आहेत त्यापैकी ९० टक्के आजार हे मानसिक ताणामुळे आहेत. मधुमेह, दमा, संधिवात, उच्च रक्तदाब, कॅन्सर इत्यादी सर्व मनोशारीरीक रोग आहेत.

आजच्या आधुनिक समाजामध्ये योगा एक नवीन क्रांतीच्या रुपात येत आहे. योगा अनेक कारणांचा इलाज करतो. योगामुळे अनेक लक्षणे स्वयं टीक होतात. शरीराचा मनावर, मनाचा शरीरावर व दोन्हींचा भावनावर प्रभाव पडतो. योगा शारीरीक, मानसिक, भावनात्मक या पातळीवर संयमावर जोर देतो. योगाच्या अनुसार आहार, निद्रा, भय आणि मैथुन यामध्ये संयम राखल्याने व्यक्तित्वात संतुलन येते. ज्याने आपण सर्व प्रकारच्या तणावापासून दूर राहू शकतो. म्हणूनच योगा करा आणि तणावापासून दूर राहा.

साड्यांची काळजी



अनेकदा महागड्या साड्यांची खूप काळजी घ्यावी लागते. रेशमी आणि सिल्कच्या साड्या लग्नकार्यातच घातल्या जातात. अशा वेळेस या साड्यांवर तुपाचे किंवा तेलाचे डाग पडतात. अनेकदा महागड्या साड्या घातल्यावर जोरात पाऊस येतो आणि मग अशा साड्या लवकर खराब होतात. सिल्कच्या साड्यांची पॉलिस अनेकदा जाते. त्यामुळे या साड्या सुती कपड्यात गुंडाळून ठेवा. अशा साड्यांना डांबराच्या गोळ्या, अत्तराच्या वासापासून दूर ठेवा. कारण यामुळे या साड्या काळ्या पडण्याची शक्यता असते. भारी साड्या किंवा महागड्या साड्यांचे फॉल खराब होतात. तेव्हा फॉल स्वच्छ करण्याच्या भानगडीत न पडता संपूर्ण फॉल बदलून नवीन लावा. साडीवर जर चहा किंवा कॉफी सांडली तर तेवढाच भाग टिश्यू पेपरने पुसून काढा. डाग वाळल्यानंतर पाण्याने धुवून काढा, त्यासाठी हलका जास्त रसायने नसलेला साबण वापरा. डाग नेहमी उलट्या बाजुने साफ करा. साडी घालताना कमीत कमी पिना वापरा. त्यामुळे साडी खराब होण्याची शक्यता असते. साड्यांची नेहमी उलट्या बाजुने घडी घालून ठेवावी. त्यामुळे वर्क असलेला भाग आतल्या बाजुस सुरक्षित राहील. अशा पध्दतीने सिल्क, रेशमी व महागड्या साड्यांची काळजी घेतली तर त्या नेहमीच सुंदर दिसतील.

दिवा का लावतात?



आपल्याकडे कुठल्याही कार्यक्रमाप्रसंगी दिवा लावतात. तो का लावतात? याचा अर्थ समजून घेऊया. दिवा हा अंधकाराला दूर करणारा ज्ञानाचा दीप समजला जातो. देव हा ज्ञानाचे तत्व मानले जाते. जो सर्व ज्ञानांचा स्त्रोत, प्रेरक व प्रकाशक आहे. म्हणून आपण दिवा प्रज्वलित करणे हे देवापुढे केलेल्या प्रार्थनेसारखे आहे. जसे प्रकाश अंध:काराला दूर करतो, तसे ज्ञान अज्ञानाला दूर करते. ज्ञान ही विपुल संपत्ती आहे. सर्वात अमूल्य अशी संपत्ती म्हणजेच ज्ञान प्राप्त करण्याकरता आपण दिवा लावतो. ज्ञान आपल्या सर्व कृतींना समर्थन प्रदान करतो. म्हणून आपण आपले विचार व कृतींना प्रकट करण्याकरता सर्व शुभ प्रसंगी दिवा लावतो.



वास्तुशास्त्राचे नियम

आपले घर भाड्याचे असो वा स्वत:चे. आपण ज्या वास्तुत राहतो त्या वास्तुत काही दोष असतील तर खालील उपाय करावे.

देवघर नेहमी ईशान्य दिशेलाच असावे.

घराच्या गच्चीवर कुठल्याही प्रकारचे भंगार ठेवू नये.

जेवताना तुमचे तोंड पूर्व दिशेला असावे.

बाथरुम, स्वयंपाकघर इतर ठिकाणी असलेल्या नळातून पाणी टपकणार नाही याची काळजी घ्यावी. पाणी टपकणे अशुभ मानले जाते.

बेडरुममध्ये पलंगाचे डोके दक्षिण दिशेकडे असावे. झोपताना तुमचे डोके दक्षिणेकडे आणि पाय उत्तर दिशेकडे असावेत. हे शक्य नसेल तर पश्चिम दिशेला डोके करुन झोपल्यास विविध आजारांपासून बचाव होईल. अशा पध्दतीने आपण आपल्या घरात थोडे चेंजेस करुन पाहिल्यास नक्कीच फायदा होऊ शकतो.

यशाची ६ सूत्रे

आजच्या जमान्यात यशस्वी होण्यासाठी माणसाला खुप कष्ट, मेहनत करावी लागते. परंतु ती मेहनत योग्य पध्दतीने केली तर यश तुमचेच आहे. त्यासाठी आपण काही महत्वाची सुत्रे सांभाळली पाहिजेत.



नियोजन करा - नियोजनाशिवाय कोणतीही गोष्ट पूर्ण होऊ शकत नाही. कोणतेही काम करताना नियोजन करण्याचे विसरु नका. यामुळे अपयश येण्याची भिती कमी असते.

दिवसाचं वेळापत्रक ठरवा - दिवसभरात तुम्ही कोणत्या गोष्टी करणार आहात आणि त्या पुर्ण झाल्यावर तुमच्याकडे कोणते काम आहे याच वेळापत्रक ठरवा. स्वत:कडून अवास्तव अपेक्षा न बाळगता वास्तव स्विकारुन काम करा.

पुरेशी झोप घ्या -अनेकदा एखाद्या ध्येयापर्यंत पोहोचायचं असेल तर आपल्याला झोप लागत नाही. सतत दिवस रात्र त्याच गोष्टीचा आपण विचार करत असतो. मात्र यामुळे आपल्या आरोग्यावर याचा परिणाम होऊ शकतो. म्हणून पुरेशी झोप घेणे जरुरीचे आहे. त्यामुळे तुम्ही ताजेतवाने होऊन पुन्हा कामाला लागाल.

सराव करा - कामाशिवाय मेंदुला इतर गोष्टींचाही गरज असते. त्यामुळे काम बिनचूक करण्यासाठी कामाचा सराव करा. त्यामुळे तुमचा मेंदु तल्लख होईल.

प्राधान्यक्रम ठरवा - तुम्ही जे काम करत आहात ते उत्तम करण्याचा प्रयत्न करा. एकाच वेळी अनेक गोष्टी करु नका. त्यामुळे कामावर परिणाम होऊ शकतो. यश मिळवायचं असेल तर आणि अधिक उत्पादनक्षम व्हायचं असेल तर प्राधान्यक्रम निवडा.

लक्ष केंद्रीत करा - तुमचं ध्येय निश्चित करा. यश मिळविण्यासाठी किंवा ध्येयापर्यंत जाण्यासाठी काय करण गरजेचं आहे ते ठरवा. जे काम करायचं असेल त्यात पूर्ण लक्ष देऊन काम करा.

आपल्या मुलीला प्रोत्साहन द्या

आपले चार कौतुकाचे शब्द आपल्या मुलीला किती आनंदी, सुस्वभावी आणि चारित्र्यवान बनवू शकते हे जर प्रत्येक आईने ध्यानात घेतले तर आपल्या कुटुंबाचे चित्रच बदलुन जाते. मुलीलाही मुलाइतकेच प्रेम आणि आपुलकी हवी असते. मुलीचे भावी जीवन सुखमय करण्यासाठी प्रथम आवश्यकता असते ती तिचा आत्मविश्वास जागवण्याची. जर एखादी तरुणी वा किशोरी इतरांच्या भावनांचा मान राखत आपल्या व्यक्तिमत्व विकासात सक्रिय राहात असेल तर नक्कीच तिचे मनोबल उंचावेल. ती सामाजिक व कौटुंबिक जबाबदाऱ्या चांगल्या प्रकारे समजू शकेल.



जीवनात सुख-दुख हातात-हात घालून येत असतात पण दु:खात न घाबरणे आणि सुखात सामान्य राहणे हेच जीवन आहे. जीवनात अनेक हादरे बसू शकतात. बऱ्याचदा अपमानास्पद स्थितीला सामोरे जावे लागते कधी-कधी प्रियजनांचा विरहही सहन करावा लागतो. अशा वेळी परिस्थिती विसरण्याची शिकवण देणे उत्तम असते. मुलगी परक्याचे धन असते. त्यामुळे लहानपणापासून तिच्यामध्ये सर्वांगिण गुणांचा विकास करावा. जेणेकरुन सासरी जाण्यात नी नव्या कुटुंबात एकरुप होण्यात तिला अजिबात गैरसोयीचे होणार नाही. सासरचे लोकही तिच्याकडून जबाबदारीची अपेक्षा बाळगत असतात. यासाठी आजच्या मुलींमध्ये धैर्य असणे खूपच गरजेचे आहे. हे सारे तेव्हाच होऊ शकते जेव्हा मुलीच्या कानावर वेळोवेळी कौतुकाचे आणि शाबासकीचे शब्द पडतील. तेव्हाच तिचा आत्मविश्वास वाढेल. त्यामुळे आपल्या मुलीची काळजी वेळीच घेतलेली चांगली.



उबदार कपड्याची काळजी

उबदार कपड्यांची विशेष काळजी घ्यावी लागते. हे कपडे ड्रायक्लीन करणार असाल तर ते लॉण्ड्रीत देण्यापुर्वी एकदा निट तपासून पाहा. जर ते फाटलेले अथवा उसवलेले असले तर ते व्यवस्थीत करुन पाठवा. हे कपडे स्वच्छ करण्यासाठी द्रवसाबणाचा वापर करावा. लोकरी कपडे जास्त गरम पाण्यात धुवू नयेत. अन्यथा ते चुरगळतील. ते थंड वा कोमट पाण्यातच साबण लावून भिजत ठेवावेत. यामुळे मळ आपोआप निघून जातो. उबदार कपडे धुताना ब्रश वापरु नये. कारण त्यांचे धागे तुटतात. कपडे साफ केल्यानंतर प्रथम ते फरशीवर टेवून त्याचे पाणी निथळू द्यावे. नंतर एखादे साफ कापड अंथरुन त्यावर लोकरीचे कपडे पसरावेत. लोकरीचे कपडे दोरीवर अथवा हॅन्गरवर लटकल्याने कपड्यांचा आकार बिघडतो. हे कपडे प्रखर उन्हातही वाळवू नयेत. हे कपडे कपाटात वा पेटीत ठेवण्यापुर्वी त्यात टर्पेन तेलाचे काही थेंब टाकावेत. वा कपड्यावर कोरडी तुरटी चोळुन ठेवावी. यामुळे कीड लागत नाही. कपड्यांनी भरलेले कपाट वा पेटी कोरड्या जागी ठेवावी. कुलर अथवा सिंकजवळ ठेवू नये. हे कपडे वर्तमानपत्रात ठेवल्यानेही कीड लागत नाही. अशा पध्दतीने उबदार कपड्यांची काळजी घेतली तर ते नेहमी नव्यासारखे चमकतील.



लिंबाचे फायदे

कोणताही ऋतू असला तरी लिंबू हे फळ बाजारात असतेच. लिंबामध्ये व्हिटॅमिन सी असते जे शरीराची प्रतिकारशक्ती वाढण्यास मदत करते. लिंबामध्ये अॅस्कॉर्बिक अॅसिड असते जे शरीराला उपयोगी पडणारे लोह पुरविण्यास मदत करते. लिंबू पाणी पचनक्रियेस मदत करते. दिवसाची सुरुवात कोमट लिंबू पाण्याने केल्यास रात्रभर पचनमार्गात जमा झालेले टॉक्सिन्स दूर होते. लिंबामधील सायट्रसमुळे लिव्हर शुध्दीकरण होते. पेप्टीक अल्सर होण्याचा धोकाही कमी असतो. लिंबूपाण्यासील अॅन्टीऑक्सिडंटमुळे त्वचेच्या सुरकुत्या, डाग कमी होण्यास मदत होते. लिंबूपाण्यातील व्हिटॅमिन मुळे जखमा लवकर भरुन येण्यास व स्ट्रेस कमी होण्यास मदत होते. कोणतेही काम केल्यानंतर किंवा काही खाल्यानंतर नखांवर लिंबाची साल चोळल्याने नखांवर साचलेली घाण निघून जाते व नखं स्वच्छ होतात. लिंबाच्या साली वाळवून त्याची पावडर करुन त्यात गुलाबपाणी किंवा दूध मिसळून त्याचा उपयोग उटणं म्हणून करतात. लिंबाच्या सालीत मीठ घेऊन दात घासल्याने मुखदुर्गंधी नाहीशी होते व दातही मजबुत होतात. डोके दुखत असल्यास लिंबाच्या सालीचे चूर्ण करुन त्याचा लेप डोक्याला लावल्याने डोकेदुखी कमी होते. असा हा बहुगुणी लिंबू आपल्या घरात हवाच.

निरोगी दृष्टीसाठी आहारा कसा असावा



डोळे कितीही सुंदर असले तरी आपल्या सौंदर्यात भर घालण्यापेक्षा आपण व्यवस्थित दिसणं हे डोळ्यांचं मुख्य काम आहे. थोडक्यात काय दृष्टी निरोगी असली पाहिजे. त्यासाठी योग्य तो आहार घेणे गरजेचे आहे.

डोळ्यांसाठी अ जीवनसत्व अत्यंत आवश्यक असते. रात्रीच्या वेळी कमी दिसत असेल तर अ जीवनसत्वाची कमतरता आहे असे समजावे. त्यासाठी गाजर, ब्रोकोली, रताळी, पालक, शेवग्याच्या शेंगा या भाज्या खाव्यात. त्यामध्ये अ जीवनसत्व भरपूर असते. तसेच डोळ्यांसाठी क जीवनसत्वही उपयुक्त असते. डोळ्यांना विविध आजारांपासून वाचविण्याचे काम क जीवनसत्व करते. लिंबू, आवळा, संत्र आणि बेरी वर्गातील फळे यांच्यात क जीवनसत्वाचे प्रमाण अधिक असते. शिवाय ओमेगा ३ फॅटी अॅसिड्स ही सुध्दा निरोगी दृष्टीसाठी फायदेशीर असतात. अक्रोडमध्येही ही अॅसिड्स असतात. त्यामुळे निरोगी डोळ्यांसाठी आपल्या आहारात यांचा समावेश करावा.



आई वडिलांचा मान ठेवा

आपले आई-वडिल हे खोडरबरासारखे असतात. आणि मुले पेन्सिलसारखी. आई-वडिल नेहमीच मुलांचा पाटीशी असतात. त्यांच्या चुका सावरुन घेतात, दुरुस्त करतात. त्यासाठी स्वतः आयुष्यभर झिजत राहतात. मुलांच्या चुका सावरुन घेताना हळूहळू ते वृध्दत्वाकडे वाटचाल करत असतात. वृध्दत्वाकडे झुकले तरी ते मुलांच्या चुका सावरण्यात कधीच मागे पडत नाहीत. त्यांना योग्य वेळी योग्य मार्गदर्शन करत राहतात. त्यामुळे नेहमी आपल्यासाठी कणाकणाने झिजणाऱ्या आई-वडिलांची काळजी घ्या. सगळ्यात महत्वाचे त्यांना माया, प्रेम द्या. त्यांना समजून घ्या. हे विसरु नका की आपणही एक ना एक दिवस वृध्द होणारच आहोत. त्यावेळी आपली मुले आपल्याशी चांगली वागावीत असे वाटत असेल तर आपण आपल्या आई-वडिलांची काळजी घ्यावी. आणि त्यांचा मान ठेवावा.

अहंकारी राजा



एक राजा शंकरगडावर राज्य करीत होता. तो खूप पराक्रमी व शूर होता. आपल्या पराक्रमाच्या जोरावर अनेक राज्य जिंकली होती. प्रजाही त्याचा आदर करायची. पण हळूहळू तो राजा स्वार्थी व लोभी झाला. त्याने प्रजेच्या सुख-दुखाकडे लक्ष देणे बंद केले. राजाच्या बदलेलेल्या वागण्याने प्रजेला खूप दु:ख झाले. शेजारच्या राज्याचा राजा खूप लबाड होता. त्याने या संधीचा फायदा घेत शंकरगडावर हल्ला केला. शंकरगडची प्रजा घाबरुन इकडे-तिकडे पळू लागली. पण राजा मात्र राजमहालात झोपुन राहिला. त्याचवेळी एक साधू महालात आला आणि राजाला म्हणाला, हे राजा सत्य ओळख, असे भेकड आयुष्य जगण्याऐवजी रणांगणात हसत हसत प्राण दे. साधुच्या बोलण्याने राजाची झोप उडाली. सत्य काय आणि असत्य काय हे त्याला समजेना. दुसऱ्या दिवशी दरबारातील विद्वानांना त्याने तो प्रश्न विचारला. पण त्यानाही त्याचे उत्तर देता आले नाही. शेवटी एक मुलगा राजासमोर आला. राजाने त्याला विचारले तू माझ्या प्रश्नांची उत्तरे देणार आहेस का? मुलगा म्हणाला हो. राजा म्हणाला मला सांग सत्य काय आहे? मुलाने उत्तर दिले जीवन आणि मृत्यू. राजाने विचराले ते कसे? जगात दोनच गोष्टी सत्य आहेत. जीवन आणि मृत्यू. जसा मृत्यू रोखता येत नाही. तसेच जीवन थांबवता येत नाही. मुलाने उत्तर दिले. आणि मग असत्य काय? राजाने विचारले.

जगातील साऱ्या गोष्टी, कारण कोणतीही गोष्ट कधी ना कधी नष्ट होणारच असते. माझे राज्यही राजाने चिंतेच्या स्वरात विचारले. हो कदाचित हे राज्य राहील पण ते तुमचे नसेल. मुलाच्या बोलण्याचा राजावर खूप परिणाम झाला. त्याने त्या मुलास एक लाख सोन्याच्या मोहरा दिल्या. त्याला आपल्या वागण्याचा पश्चाताप झाला. राजाने आपली सगळी वाईट कामे सोडून देत राज्याच्या हिताची कामे करण्याची शपथ घेतली. दुसऱ्याच दिवशी तो सैन्यासह शेजारच्या राज्यावर हल्ला केला. त्याने एका फटक्यात त्या राजाचे मुंडके उडविले आणि आपले राज्य वाचविले. अशा तऱ्हेने शंकरगडच्या राजाने अहंकार सोडून दिल्याने आपले राज्य वाचविले.



हिरव्या पालेभाज्यांचा आहारात वापर असावा

शरीर आणि स्वास्थासाठी आपल्या दैनिक जीवनामध्ये हिरव्या भाज्यांचे महत्व किती असते ते पाहु. भाज्यांमध्ये व्हिटॅमिन्सच्या अतिरिक्त खनिज तत्वही असतात. मनुष्याला स्वस्थ आणि निरोगी राहण्यासाठी दहा खनिजांची आवश्यकता असते. यापैकी तीन लोह, कॅल्शियम व फॉस्फरसची आवश्यकता अधिक प्रमाणात असते. हिरव्या भाज्या स्वादिष्ट तर असतातच याबरोबर त्यामध्ये व्हिटॅमिन ए, बी, सी, डी, ई व के ही असतात. तसेच लोह, तांबे, सोडियम यांसारखे खनिज क्षारही असतात. जे शरीराला स्वस्थ राखतात. व शक्ती प्रदान करतात.

हिरव्या भाज्यांच्या नियमित उपयोगाने कित्येक प्रकारच्या आजारांपासून बचाव केला जाऊ शकतो. एका व्यक्तीने जवळजवळ ३०० ग्रॅम भाज्यांचा आपल्या आहारात उपयोग करायला हवा. म्हणून आपल्या रोजच्या आहारात हिरव्या पालेभाज्यांचा समावेश करावा.

विरुध्द अन्न घेतल्याने काय होते



विरुध्द अन्नाच्या सेवनाने अनेक विकार होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे असे विरुध्द अन्न न घेतलेलेच चांगले.

दुधासोबत - दही, मीठ, चिंच, मुळा, दोडका, आंबट फळे, सातु हानिकारक असतात. दुधात गुळ टाकून घेऊ नये. फणस किंवा तळलेले पदार्थ दुधासोबत घेऊ नये.





तुपासोबत - थंड दूध, थंड पाणी, सम प्रमाणात मद्य हानिकारक असते.

फणसानंतर - पान खाणे टाळावे.

गरम पाण्याबरोबर - मध घेऊ नये.

मांसाबरोबर - पनीर किंवा मध खाल्याने पोट खराब होते.

माशांबरोबर - दूध, उसाचा रस, मध खाऊ नये.

खरबुजासोबत - लसूण, मुळा, दूध किंवा दही खाऊ नये. तसेच तांबे, पितळ किंवा काश्याच्या भांड्यात ठेवलेल्या वस्तू उदा. तूप, तेल, ताक, लोणी, रसदार भाज्या इत्यादी वस्तू विषाक्त होतात. अशा भांड्यात बराच वेळ ठेवलेला पदार्थ खाऊ नये. ॲल्युमिनिय व प्लॅस्टिकच्या भांड्यात पातळ पदार्थ ठेवल्याने किंवा खाल्याने अनेक प्रकारचे रोग होऊ शकतात.



नेहमी आनंदी राहा



नेहमी उत्साही आणि आनंदी राहा. यासाठी रोज आंघोळीच्या पाण्यात पेपरमेंट बाथ ऑईल किंवा लेमन बाथ ऑईलचे एक-दोन थेंब टाका. आवश्यक वाटल्यास गुलाबाच्या पाकळ्या टाका. त्वचेतील आर्द्रता टिकवण्यासाठी चांगल्या दर्जाचे ॲण्टी टॅन मॉइश्चराइजिंग लोशन लावा. निर्जीव आणि रुक्ष त्वचेत तेज आणण्यासाठी थ्री-इन वन फेसवॉशचा वापर करा. यामुळे स्क्रब, पॅक आणि फेशवॉशचे लाभ मिळवता येतात. पपईचा गर आणि थंड दही एकत्र करुन मसाज केल्याने चेहरा स्वच्छ होतो. असे उपाय केल्याने चेहरा नेहमी टवटवीत व आनंदी दिसतो.



आंबेहळद

विज्ञानाने कितीही प्रगती केली तरी घरगुती उपचारांचे महत्व काही कमी झालेले नाही. या उपचारांची माहिती असल्यास घरगुती उपचार करणे सोपे जाते. त्यातील एक उपचार म्हणजे आंबेहळद. आंबेहळद ही अनेक गुणांनी युक्त असते. ती पोटातून घेत नाही. तर शरीरावर चोळण्यासाठी आणि लेप देण्यासाठी वापरतात. रक्त गोठले असता आंबेहळद उगाळून कोमट करुन लावावी. याने सूज कमी होऊन वेदना शांत होतात. शरीरात कोणत्याही भागात गाठ आली असेल तर आंबेहळदीच्या लेपाने ती बसते. अंगावर बारीक पुरळ उठल्यास आंबेहळद, कडुजिरे गोमुत्रात वाटून लावतात. यामुळे हा त्रास कमी होतो. चिमुटभर आंबेहळद आणि मलई एकत्र करुन चेहऱ्यावर लावल्यास त्वचेचा रंग उजळतो. अशी गुणकारी आंबेहळद आपल्या घरात असायलाच हवी.

सनग्लास घेताना कोणती काळजी घ्यावी



आजकाल सर्वच लोक सनग्लास वापरतात. परंतु तो घेताना कसा घ्यावा, कुठला घ्यावा ही काळजी कोणीच घेत नाही. ती काळजी घेतली तर आपला सनग्लास नक्कीच सुंदर दिसेल.

सनग्लास घेताना फ्रेम तुमच्या चेहऱ्यावर सुट होईल व कानामागे नीट बसेल अशी घ्यावी. ती आपल्या नाकावर येऊ नये.

सनग्लासेसमध्ये टिटेनियम एलोय नामक फ्रेम सर्वात हलकी व डोळ्यांसाठी आरामदायी असते. तर तुम्ही जास्तीत-जास्त वेळ सनग्लास घालत असाल तर अशाच प्रकारची हलकी फ्रेम निवडा. जर आपल्याला ते थोड्या वेळासाठी घालायचे असेल तर मेटल फ्रेम वापरा.

जर तुम्हाला १०० टक्के आराम हवा तर सनग्लास थोडे महागडे व स्टाइलिश घ्यावे. ज्यामुळे तुमच्या डोळ्यांना आराम मिळेल. आजकाल तरुण-तरुणी फक्त उन्हाळ्यात नाही तर कोणत्याही महिन्यात सनग्लासेसचा वापर करतात. मात्र ते खरेदी करताना थोडी सावधगिरी बाळगायला हवी.

गरज सूर्यप्रकाशाची



आरोग्यासाठी सूर्यप्रकाशाची गरज आहे. परंतु सध्या घर, ऑफिस, वाहन वातानुकूलित असल्याने सूर्यप्रकाशाशी कमीत कमी संपर्क येतो. त्यामुळे सूर्यप्रकाशातील उपयुक्त घटक न मिळाल्याने शरीराची हानी होते. सूर्यप्रकाशातील डी जीवनसत्वामुळे तुमचे हसू अधिक सुंदर होऊ शकते. सूर्यप्रकाशामध्ये असणाऱ्या डी जीवनसत्वामुळे दातांचे आरोग्य सुधारते. डी जीवनसत्वामुळे दातांना हिरडयांशी बांधून ठेवणाऱ्या पेशी बळकट आणि आरोग्यसंपन्न होतात. डी जीवनसत्वामुळे शरीरातील बीटा डीर्पेसीन २ ची निर्मितीप्रक्रिया नियंत्रित होते. आणि कीटाणूंच्या वाढीवर अंकुश बसतो. यामुळे हिरड्यांसंबंधीची रोगही कमी होतात. डी जीवनसत्वामुळे डोळेही सशक्त आणि सतेज होऊन त्यांचे आयुष्य वाढते. असे सर्व फायदे लक्षात घेता सूर्यप्रकाश अंगावर घेतलाच पाहिजे.

घरीच तयार करा सौंदर्यप्रसाधने



आजकाल महागाईमुळे सौंदर्यप्रसाधने वापरायला खुपच जीवावर येते. शिवाय त्यातील रासायनिक वापरामुळे कधी-कधी नुकसानही होते. त्यासाठी घरीच काही उपाय केले तर.

नारळाच्या तेलात कापुर घालून केसांना लावावे. आणि नंतर केस धुवावेत. यामुळे केसातील कोंडा जाऊन केस मुलायम होतील.

चेहऱ्याचा रंग उजळण्यासाठी दह्यात हळद मिसळून हे मिश्रण चेहऱ्याला लावावे.

तसेच पपई किंवा संत्र्याचा रस चोळल्यास चेहऱ्याची चमक वाढते.

दुधाची साय आणि बेसनाच्या मिश्रणाने संपूर्ण शरीराला मालिश केल्यास त्वचा मुलायम होते.

अनारकली



जुनं ते सोनं असतं असेच म्हणावे लागेल. कारण जुन्या काळातील अनारकलीची फॅशन आता परत आली आहे. बाजारात अनेक फॅशन आल्या आणि गेल्या. पण अनारकलीने मात्र मोहिनीच घातली आहे. लग्न समारंभात अनारकलीला खूपच महत्व प्राप्त झालेलं दिसतं. नाविन्यपूर्ण डिझाईन्स आणि उत्तम रंगसंगतीमुळे अनारकलीतून परंपरा आणि आधुनिकतेचा मेळ घालणं शक्य होतं. त्यामुळे पारंपारिक लावण्यपूर्ण तरी स्टायलिश लुक कॅरी करता येतो. उंची जास्त असणाऱ्या महिलांना अनारकली उत्तम पर्याय आहे. उंची कमी असणाऱ्या महिलांनी मात्र मॉडरेट फ्लेयर्स आणि लाइट फॅब्रिक अनारकलीची निवड करावी. सडसडीत असणाऱ्या महिलांना कोणत्याही प्रकारचा अनारकली उत्तम. पण जाड असणाऱ्या महिलांनी कमरेपासून घेर असणारा अनारकली निवडू नये. कारण घेर असल्यामुळे त्यात आणखी जाड दिसण्याची शक्यता असते.



आजाराच मुख्य कारण रोगप्रतिकारशक्ती

आपल्या आजाराच मुख्य कारण रोगप्रतिकारशक्तीचा अभाव. आपण नेहमी छोट्या-छोट्या आजारांसाठी गोळ्या-औषधांचा मारा करत असतो. त्यामुळे आपली रोगप्रतिकारशक्ती वाढण्यास मदत होत नाही. त्यामुळे आपण अपल्या रोजच्या आहारात रोगप्रतिकारशक्ती वाढणाऱ्या पदार्थांचे सेवन केले पाहिजे.

क जीवनसत्व असणाऱ्या लिंबू, चिंच, संत्रे, मोसबी, आवळा, अननस अशा फळाच्या सेवनाने रोगांचा प्रतिकार करणाऱ्या पांढऱ्या रक्तपेशींची निर्मिती होते. यामुळे शरीरात कोणताही जंतू प्रवेश करु शकत नाही. तसेच रोज सकाळी दोन भिजवलेले बदाम खाल्ल्यानेही रोगप्रतिकारशक्ती वाढते. आहारात लसूण आणि पालेभाज्यांचा समावेश असावा. या गोष्टींचे नियमित सेवन केल्यास आजारापण आपल्यापासून दूर जाते.





सुंदर नखे

सुंदर नखे असलेले हात अधिकच सुंदर दिसतात. अशा नखांची काळजी घेणेही महत्वाचे असते. सतत पाण्यात काम केल्याने नखे खराब होतात. विशेषत: पावसाळ्याच्या दिवसात थंड हवा आणि आर्द्रतेच्या प्रभावाने नखांच्या समस्या वाढतात. नखामध्ये संसर्ग, नखे काळी पडणे, त्यावर पांढरे चट्टे उठणे, आजुबाजुचे रक्त साकळणे यासारख्या तक्रारी समोर येतात. त्यामुळे वेळच्या वेळी नखे कापण्याची आवश्यकता आहे. नखे कापताना नखांचा नैसर्गिक आकार बिघडवू नये. नखे स्वच्छ टेवावीत. आंघोळीनंतर ओली असतानाच नखे कापावीत.



स्वयंपाक घर कसे असावे

स्वयंपाक घर नेहमी स्वच्छ व सुंदर असावे. गॅस शेगडी आणि स्वयंपाकघराचा दरवाजा समोरासमोर असावा. स्वयंपाकघर शौचालयाजवळ असू नये. यामुळे घरात अनारोग्य वाढते. बेड असलेल्या भिंतीला लागून शेगडी असू नये. यामुळे मानसिक आजार आणि ट्यूमरची शक्यता वाढते. स्वयंपाकघरात फळे भरलेली बास्केट ठेवल्यास सुख-शांती नांदते. स्वयंपाक घरात सुरी कधीही उघडी ठेवू नये ती एखाद्या बंद डब्यात ठेवावी.

बॅग कशी घ्यावी



बॅग घेताना तिची क्वॉलिटी तपासून घ्यावी. बॅग दोन्ही खांद्यावर लटकवली तरी तिचे वजन समप्रमाणात विभागले जाईल अशी रचना असण्याकडे लक्ष द्यावे. केवळ स्टाईल म्हणून बॅग निवडू नका. बॅग चुकीच्या पध्दतीने अडकवल्यास पाठीच्या मणक्यावरील ताण वाढतो आणि दुखणी संभवतात. बॅग नेहमी निमुळत्या बेल्ट असलेली घेऊ नका. कणखर आणि रुंद बेल्ट असल्यास वजन समप्रमाणात विभागले जाते. अनावश्यक ओझ्याचा भार वाहणे म्हणजे तक्रारींना आमंत्रण देण्यासारखे आहे. खांदे, पाठ आणि मान यावर जरुरीपेक्षा जास्त भार पडला तर गंभीर नुकसान होते. हे टाळण्यासाठी बॅगचा आकार छोटा असावा.



पावसाळ्यात आपल्या बाळाचे आरोग्य जपा

पावसाळा म्हटला की सर्वांनाच भीती वाटते ती आजारी पडण्याची. कारण पावसाळ्यात वातावरण दमट असते. आणि अशा वातावरणाचा त्रास हा लहान मुलांना पटकन होतो. म्हणून आपल्या लहानग्याची काळजी पावसाळ्यात कशी घ्यावी ते पाहा.

लहान मुलांची रोगप्रतिकारक्षमता कमी असल्यामुळे ती या दिवसात वारंवार आजारी पडतात. म्हणून त्यांच्या खाण्यापिण्याकडे वेळीच लक्ष द्यावे. बाळाच्या दुधाची बाटली नेहमी स्वच्छ असावी. ती कोरड्या व सुरक्षित जागी ठेवावी. बाटली आणि निप्पल दोन्ही गरम पाण्याने धुऊन घ्यावेत किंवा उकळत्या पाण्यात टाकून ठेवावीत. ओलसर बाटलीत जंतुंची वाढ होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे बाटली स्वच्छ कापडने पुसून कोरडी करावी. मगच त्यात दुध भरावे. दुध पिताना बाळाला जबरदस्ती करु नये. त्याने अर्धे दुध टाकून दिले तर ते लगेच फेकून द्यावे. साठवलेल्या दुधात जंतू लवकर वाढतात. त्यामुळे भुकेचा अंदाज घेऊन आवश्यक तेवढेच दुध बाटलीत भरावे. मुलांनी कपडे ओले केले तर ते लगेच बदलावे. कारण ओल्या कपड्यानी त्याच्या त्वचेला हानी होऊ शकते. अशा छोट्या छोट्या गोष्टी केल्या तरी आपण आपल्या बाळाला आजारपणापासून रोखू शकतो.



प्लास्टिक फुटवेअर

तरुणींना व महिलांना हवीहवीशी वाटणारी शॉपिंग म्हणजे पावसाळ्यात वेगवेगळ्या प्रकारच्या चप्पला खरेदी करणे. बाजारात प्लास्टिकच्या फुटवेअरचे नवनवीन फॅशन तरुणींच्या मनात घर करुन जाते. वेगवेगळ्या ठिकाणी रस्त्यावर या शूजची फॅशन जोरदार चालू असते. १५० ते ५५० रुपयांपर्यंत या शूजची किंमत असते. यामध्ये ओपन शूज, फुटवेअर, सॅण्डल आदी प्रकार असतात. या शूजमुळे पावसाळ्यात अंगावर उडणाऱ्या चिखलापासून संरक्षण होते व फॅशन पण होते. या शूजमध्ये निळा, ऑरेंज, काळा, पांढरा, गुलाबी असे विविध रंग उपलब्ध असतात. असे हे रंगीबेरंगी शूज, सॅण्डल कुणाला आवडणार नाही हे नवलच.

केसातील कोंड्यावर उपाय



केसात कोंडा होणे हे जरी सामान्य वाटले तरी ते खुप त्रासदायक टरते. कोंड्यामुळे केसांना खाज येते. त्यासाठी काही घरगुती उपाय.

कोरफडीच्या गरात २-३ चमचे लिंबाचा रस मिसळून केसांवर लावा. आणि २० मिनिटानंतर केस स्वच्छ धुवा. याने कोंडा नाहीसा होतो.

मेथी दाण्याची पेस्ट करुन कोमट खोबरेल तेलात मिसळा या मिश्रणानं केसांना हलका मजास करा. १५ मिनिटानंतर शॅम्पुने केस धुवा.

खोबरेल तेल थोडं कोमट करुन त्यात लिंबाचा रस मिसळा. ते तेल कापसाच्या सहाय्यानं केसांच्या मुलांना चोळा. त्यानंतर हलका मसाज करा. १५ मिनिटानंतर केस धुवा.



तंदुरुस्त राहण्यासाठी बीट खा

बीट लालभडक रंगामुळे आकर्षित करुन घेते. बीटमध्ये फॅट्स अजिबात नसतात. यात मुबलक प्रमाणात तंतुमय पदार्थ असतात. वय वाढण्याबरोबर माणसाची कार्यशीलता, चपळता कमी होते. अशा वेळी बीट ज्युसच्या सेवनाने ऊर्जा मिळते. रक्तवाहिन्या सक्रिय होतात. बीटच्या ज्युसमध्ये धमन्यांचे आकुंचन थांबवण्याची शक्ती असते. बिटच्या रोजच्या सेवनाने किडनी आणि पित्ताशय स्वच्छ रहाते. बीटची पानेही पौष्टिक असतात. त्यामध्ये बिटा कॅरोटिन, ॲण्टी ऑक्सिडंट, फॉलेट, लोह आणि क जीवनसत्व असल्यामुळे गर्भवती स्त्रियांसाठी अत्यंत उपयोगी आहे.असा उपयुक्त बीट सर्वांनी खायला हवा.

शरीराचा दाह शमवणारी कोथिंबीर



स्वयंपाक घरात कोथिंबीरीला स्थान असतेच. काहीही पदार्थ केला तरी त्यात कोथिंबीर स्वादासाठी वापरतात. अशा या कोथिंबीरीचे औषधी गुणही बरेच आहेत. कोथिंबीर शरीराचा दाह शमवणारी तसेच तृष्णाशामक आहे. भुकवर्धक आणि अतिसराला मारक अशी कोथिंबीर डोळ्यांसाठी खुप उपयोगी आहे. डोळ्यांची जळजळ होत असल्यास कोथिंबीरीचा एक किंवा दोन थेंब ताजा रस टाकल्याने आराम मिळतो. ओल्या कोथिंबीरबरोबरच धणेही तेवढेच उपयोगी आहेत. धने व सुंट समप्रमाणात घेऊन काढा करुन प्यायल्याने खोकला हळूहळू कमी होतो. धणे मुखशुध्दीकारकही आहेत. पचनाचा त्रास झाल्यास किंवा अजिर्णामुळे हैराण झाल्यास चहाच्या पावडबरोबर धणे पूड वापरतात. अशीही उपयुक्त कोथिंबीर आपल्या घरात असायलाच हवी.



एका आईची गोष्ट

- सिंधू वसंत पाडलकर बदलापूर.

विमल अग विमल पेपरमध्ये एक छान बातमी आली आहे. लवकर बाहेर ये. वामनराव म्हणाले. हे रोजचे होते. दोघे सरकारी नोकरीमधून निवृत्त झाले होते. रोज सकाळी पेपर वाचता-वाचता वामनराव विमलताईना बातम्या वाचून दाखवत. पण आता आपल्यासाठी कोणती छान बातमी आहे. विमलताईना प्रश्न पडला. दोघांना पेन्शन मिळत होती. ती काही दिवसापुर्वी वाढली होती. पण वामनरावांना दम निघेना. विमलताईंच्या लक्षात येण्यापुर्वी वामनराव स्वयंपाक घरात आले. पेपर विमलताईंच्या पुडे नाचवत म्हणाले हा बघ आपल्या युगाचा फोटो. युगाचा फोटो आणि या वर्तमानपत्रात काय केले तिने? पण आपलीच युगा कशावरुन. विमलताई विचारात पडल्या. त्याने वामनरावांकडे पहात पुन्हा प्रश्न केला. ती युगा कशावरुन? अग युगाचाच फोटो आहे. आणि फोटोखाली नाव आहे युगंधरा वामनराव वाडेकर. वामनराव विमलताईंकडे पेपर नाचवत म्हणाले.

खरेच की ही आपली युगाच आहे. ती यू.पी. एस. सी. ची परीक्षा चांगल्या मार्कांने पास झाली आहे. आणि क्लासवन ऑफीसर म्हणून युगाची नेमणूक झाली आहे. पण आता ती आपली युगा कुठे राहिली आहे. युगाने घर सोडून जवळ जवळ आट वर्षं झाली आहेत. इतक्यात दारावरची बेल वाजली. फोनची घंटा किणकिणली. विमलताईने दार उघडले समोरचे जोशी हातात पेपर घेऊन उभे होते. हा बघा तुमच्या युगाचा फोटो. आम्ही आताच पाहिला फोटो विमलताई म्हणाल्या. आता कुठे असते तिला आमच्याकडून अभिनंदन कळवा म्हणत जोशी परत गेले. याच युगाला जोशी पती-पत्नीने दत्तक मुलगी म्हणून हिणवले होते. विमलताईच्या मनात आले.

फोनवर वामनराव बोलत होते. हो हो तो युगाचा आहे. तुमच्या तर्फे मी युगाला अभिनंदन कळविन. वामनरावाने फोन ठेवून दिला. नंतर युगासाठी अभिनंदनाचे बरेच फोन आले. वामनराव व विमलताईच्या मनात युगाचे विचार घोळत होते. युगा त्या दोघांची दत्तक मुलगी. लग्न झाल्यानंतर १२ वर्ष मुलबाळ न झाल्यामुळे दोघांनी विचार करुन मुलगी दत्तक घेतली. दोघांमध्ये दोष नव्हता. पण आत्ताच मुलगी दत्तक घेतली तर निवृत्त होऊ तेव्हा तिचे शिक्षण व लग्न पार पाडता येईल हा विचार करुन मुलगी दत्तक घेतली. व तिचे नाव युगंधरा ठेवले. एक महिन्याची रजा विमलताईने घेतली कारण युगा फक्त १० दिवसाची होती. त्यानंतर विमलताईने तिची नीट व्यवस्था करुन त्या कामावर जाऊ लागल्या. हल्ली त्यांना बरे वाटत नव्हते. चक्कर येई, मळमळ होई. विमलताई डॉक्टरकडे गेल्या. डॉक्टरबाईनी त्यांना नीट तपासले. सोनोग्राफी केली. डॉक्टरचे निदान विमलताईनी ऐकले. त्यांना धक्का बसला. त्या आई होणार होत्या. विमलताईच्या मनात आले. हा युगाचा पायगुण का आपणच युगाला दत्तक घेण्यास घाई केली. आता चार महिने पूर्ण झाले आहेत. गर्भाची वाढही व्यवस्थित आहे. तुम्ही आता गर्भपात करु नका. डॉक्टरीणबाईनी सल्ला दिला. युगा नुकतीच पाच महिन्याची झाली होती. पाळथी पडत होती. तिच्या बाळलिला विमलताईना सुखावत होत्या. विमलताई पाच महिन्यांनी बाळंतिण झाल्या मुलगी झाली. मुलीचे बारसे थाटात करुन मुलीचे नाव गौरी ठेवले.

विमलताईने युगाला व गौरीला सांभाळण्यासाठी घरी बाई ठेवली. तरीही दोन्ही मुलींचे त्यांना कामावरुन आल्यानंतर करावे लागे. शेवटी २४ तासासाठी एक बाई ठेवली. दोन्ही मुली मोठ्या होत होत्या. युगा सावळी होती पण नाकीडोळी नीट होती. तिचे काळेभोर जावळ लोकांचे लक्ष आकर्षित करुन घेई. गौरी गोरीपान होती. दोघींना बरोबर एकाच वेळी शाळेत घातले. पण दोघींना विमलताईने वेगवेगळ्या शाळेत घातले. युगाला मराठी तर गौरीला इंग्रजी शाळेत घातले. दोघींमध्ये फक्त अकरा महिन्याचे अंतर होते. यावर शाळेत चर्चा नको हा विमलताईचा उद्देश होता. युगा व गौरी दोघी हुशार होत्या. गौरी अभ्यासाचा कंटाळा करी. युगा मात्र अभ्यास मन लावून करी. गौरीला शिकवणी लावली. कारण दोघींचे मुळीच पटत नसे एकाच वेळी दोघी राहिल्या तर भांडणे होत म्हणून गौरीला शिकवणी लावली.

दोघी मोठ्या होत होत्या. युगा समजूतदार होती. ती नेहमी विमलताईच्या मागे-मागे असे. त्यांना कामाला मदत करीत असे. दोघी आठवीत गेल्या. एकदा गौरीची आत्या त्यांच्या घरी आली. युगा हुशार व समजुतदार आहे. पण दत्तक मुलगी घेतांना दत्तक मुलगी कशी निघते. मनात किती शंका होत्या. पण आता बरे झाले एकीस दुसरी बहीण मिळाली. युगा आईची दत्तक मुलगी आहे ती आपली खरी बहिण नाही. गौरीला समजले. गौरी युगाला कमी लेखायला लागली. तिच्या मनात आले युगा आपला हक्क हिरावून घेत आहे. गौरी युगाला कामवाली सारखे वागवायला लागली. आपले सर्व काम गौरी युगाकडून करुन घेऊ लागली. दप्तर आवरणे, कपडे आवरणे, कपड्यांना इस्त्री करणे सर्व गौरीची कामे युगा करी. गौरी स्वत:ला भारी कपडे शिवत असे. गौरी युगाला कमी लेखायची एकही संधी सोडत नव्हती. एक दिवस गौरी क्लासला गेल्यावर युगाला जवळ घेऊन विमलताई खूप रडल्या. युगा मला माफ कर. तु माझी मोठी मुलगी मला समजून घे. गौरीपुढे माझे काही चालत नाही. गौरी बाहेर गेली की विमलताई युगावर प्रेमाचा वर्षाव करायच्या. आई तुला माझी काळजी आहे हे मला माहीत आहे. युगा विमलताईना म्हणाली.

दोघी बारावीला गेल्या युगा आता जास्त बाहेर राहू लागली. बारावीचे क्लास होते. विमलताईना तिने कोणकोणत्या क्लासला

जाते हे सविस्तर सांगितले होते. तिथले, मैत्रिणीचे फोन नंबर दिले. बारावीची परीक्षा झाल्यावर युगाने शॉर्टहॅण्ड, टायपिंग क्लास चालु केले. ती लायब्ररीत कामाला लागली. बारावीचा निकाल लागला. युगाला चांगले मार्क मिळाले. आपल्यापेक्षा युगाला जास्त मार्क मिळाल्याने गौरीने आकाशपातळ एक केले. तिला कसे समजावे विमलताईंना कळेना. युगा म्हणाली मी पेईंगगेस्ट म्हणून एका आजीकडे राहायला जात आहे. आई वाईट वाटून घेऊ नकोस मी तुला भेटायला येईल. मी माझे शिक्षण नोकरी करुन पुर्ण करणार आहे. मला नोकरी मिळाली आहे. एका अनाथ आश्रमात जन्मलेली मुलगी सुशिक्षित, सुसंस्कृत झाली आहे. आपले कपडे व महत्वाच्या वस्तू घेऊन युगाने घर सोडले. विमलताईंना रडू आवरेना. वामनरावांनी त्यांची समजुत घातली. गौरी मैत्रिणी बरोबर बाहेरुन फिरुन आली. आई सात वाजून गेले युगाचा अजून पत्ता नाही. युगाचे वागणे हाताबाहेर जातेय. तू ओरडत नाही. तुला बरे नाही हे घरातले काम आता कोण करणार? गौरी म्हणाली. गौरी युगाने घर सोडले आहे. ती पेइंग गेस्ट म्हणून एका आजीकडे रहायला गेली आहे. ती आता परत कधीच येणार नाही. विमलताई शांत स्वरात म्हणाल्या. छान झाले सुंटीवाचून खोकला गेला. इतके दिवस तु केले ना मोटे तिला. आता ती अन् तिचे नशीब गौरी म्हणाली.

गौरी माझा उजवा हात गेला. तिची मला फार मदत होत होती. विमलताई म्हणाल्या. एखादी मुलगी बघ हाताखाली असे म्हणून गौरी निघून गेली. नंतर दोन दिवसात युगाचे घरात नसणे सर्वांना जड जाऊ लागले. वामनराव पुर्णपणे युगा हे कर ते कर सांगत त्यांच्या तोंडातून सारखे युगा हा शब्द येत होता. गौरी माघार घेणारी नव्हती. तिचा हक्क युगाला द्यायचा नव्हता. ती जमेल तशी मदत विमलताईंना करु लागली. गौरी पदवीधर झाली. तिने पुढे शिक्षण घ्यायचे नाकारले. विमलताईंच्या मैत्रिणीने गौरीला सून करुन घ्यायची तयारी दाखविली. त्यांना गौरी आवडली होती. विमलताईंने गौरीला भीतभीत लग्नाबद्दल विचारले. गौरीचे काही न विचारता होकार दिला. हे ही गौरीचे वागणे विमलताईंना खटकले. ही आपली मुलगी अशी का वागते विमलताईंना कळेना. मुलगा चांगला होता. पाहण्यातला होता. विमलताईंनी लग्नाची तयारी करुन कन्यादान केले. अर्थात युगाची आठवण येत असून त्या लग्नाला युगाला बोलावू शकल्या नाहीत.

वामनराव व विमलताई दोघेही निवृत्त झाले होते. त्यांना घर खायला उठत होते. गौरीचे सासर श्रीमंत होते. तिचा नवरा चांगल्या नोकरीवर होता. गौरीचे लग्न होऊन ५ वर्षे झाली होती. ती अजुन आई झाली नव्हती. गौरी माहेरी यायला तयार नसायची. फोनही करायची नाही. गौरीच्या सासुबाईने युगाचा फोटो वर्तमानपत्रात पाहिला त्यांनी युगाचे कौतुक व अभिनंदनाचा फोनही केला. संध्याकाळी गौरीचा फोन आला. गौरी तावातावाने फोनवर बोलत होती. अजुन ही युगा माझा पिच्छा सोडत नाही. सासुबाईचे म्हणणे युगाने वामनरावांचे नाव रोशन केले. तुला युगा होती तर मला जन्म का दिलास? अजुनही गौरीच्या मनात युगाबद्दल दोष, तिरस्कार होता. विमलताईंनी फोन ठेऊन दिला. युगाची आठवण त्यांना सतावत होती. आणि विचार करता करता त्यांना रडू कोसळले. वामनराव पटकन उठून आले. अग विमल तू रडू नकोस. आपली युगा सुखरुप आहे. युगा आपलीच आहे. ती परत येणार आहे. युगा घर सोडून गेल्यानंतर प्रथम किती जड गेले आपल्याला.तिला विसरणे शक्य आहे का? गौरीचे लग्न झाले. ती सासरी गेली ती घरात नाही याची जाणीवही झाली नाही. युगाच्या आठवणीने वामनरावांच्या डोळ्यातून पाणी आले. दोघे एकमेकांची समजुत घालू लागले. शेवटी दोघे शांत झाले.

विमलताई उटल्या वामनरावांना म्हणाल्या आपण ज्या

आश्रमातून युगाला दत्तक आणले तिथे जाऊन चौकशी करु. त्यांना काय विचारणार. ज्या मुलीला आम्ही दत्तक आणले ती घरातून निघून गेली. थोड्या वेळाने विचार करीत वामनराव म्हणाले, युगा ऑफीसर झाली म्हणून तेथील मुलांना खाऊ घेऊन जावू. देणगी देऊन येऊ. जवळजवळ २८ वर्षांनी वामनराव व विमलताई युगाला दत्तक घेतले तिथे भेटायला गेले. युगाला दत्तक घेतलेली तारीख दिली. देणगी दिली. मुलांना खाऊ वाटला. युगा परत तिथे गेली नव्हती. निराश होऊन दोघे परत आले. अचानक थोड्या वेळाने विमलताई उठल्या युगाने दिलेले मैत्रीणीचे पत्ते त्यांनी शोधून काढले. विमलताईने माधवरावांच्या हातात फोन नंबर दिले. त्या मैत्रिणींना फोन करायला सांगितले. काही नंबर बदलले होते. काही मैत्रिणी लग्न होऊन सासरी गेल्या होत्या. अचानक एका मैत्रिणीचा फोन लागला. तिला युगाचा फोन येत होता. विमलताईना खूप आनंद झाला. त्यांनी त्या मैत्रिणीला ती ऑफीसर झाल्याबद्दल अभिनंदन करायला सांगितले. तिची खूप आठवण येत म्हणून सांगितले. त्यांचा गहिवरला आवाज मैत्रिणीला त्यांचे दु:ख सांगून गेला. विमलताई शांत झाल्या.

आपली युगा सुखरुप आहे. ती नक्की येईल आपल्याला भेटायला. विमलताई वामनरावांना म्हणाल्या. इतक्यात दारावची बेल वाजली. दार उघडले तर दारात त्यांची मैत्रिण गौरीला घेऊन उभी होती. गौरीला त्यांनी पोटाशी धरले. गौरी का ग एवढी आमच्यावर रागावलीस फोनही करीत नाहीस. माहेरी यायला नाखूष असतेस विमलताई गौरीला म्हणाल्या. आई मला क्षमा कर. मी चुकले. पण आज तुला. माझ्याकडून सरप्राईज आहे. ओळख गौरी म्हणाली, काही गोड बातमी आहे का? आम्ही आजी-आजोबा होणार आहोत का? विमलताईंनी मैत्रिणीकडे पाहत विचारले. त्यांनी वामनरावांना हाका मारली. गौरी काही न बोलता बाहेर गेली. युगाला घेऊन आत आली. हे तुझे सरप्राईज युगाला विमलताईपुढे उभे करीत म्हणाली. युगाने विमलताई व वामनरावांना नमस्कार केला. आई गौरीची काही चुक नव्हती. लहानपणी तु तिला सांभाळण्यासाटी बाई ठेवली. पण मला तु सांभाळायची. गौरी बसने शाळेत जायची. मला तु सोडायची. गौरी भुक लागली म्हणून लवकर जेवायची. आपण दोघी बरोबर जेवायला बसायचो. तु सारखी युगा हे कर ते करा मला सांगायची. गौरी अल्लड होती. तिला तिच्या आईच्या प्रेमात मी वाटेकरी नको होते. मी या घरची मुलगी आहे. आपला हा हक्क युगा हिसकावून घेईल या कल्पनेने तिच्या मनात न्युनगंड उत्पन्न झाला. मी गेल्यानंतर तू तिचा गैरसमज दूर करायला हवा होता. तु तिला समजून न घेता तिचे लग्न करुन मोकळी झाली. या ५ वर्षात मला खूप अभ्यास असायचा. मी नोकरीही करीत होते. तारेवरची कसरत होती. या काही दिवसात पुष्कळ वेळा तिला फोन केला. तिला भेटले. आई तुझे दु:ख तिला समजावित गेले. आई मी निश्चय केला होता. गौरीच्या माझ्यावरचा राग गेल्यानंतर तुला भेटणार आहे. युगाने विमलताईना खुलासा केला.

आई माझ्यामुळे तुला खूप मनस्ताप झाला. आई जे घडायचे ते घडून गेले. गंगा कधी उलटी वाहत नाही. मला लहान होऊन युगाबरोबर खेळावे वाटते पण ते अशक्य आहे. आई झाल्याशिवाय आईचे महत्व कळत नाही. मला आई व्हायचे आहे. मला आई व्हायला आवडेल. बाईच्या जन्माला आई झाल्यानंतर महत्व प्राप्त होते. हे मला कळले आहे. गौरी म्हणाली. विमल मला प्रश्न पडायचा गौरी तुझी एकुलती एक मुलगी. तू तिचे थाटात लग्न करुन दिले. पण ती माहेरी यायला तयार नसायची. युगा जेव्हा जेव्हा गौरीला भेटायची. गौरी तिचा अपमान करायची. शेवटी गौरीला समजवण्यात युगा यशस्वी झाली. मी मध्ये पडले नाही. गौरीच्या सासुने विमलजवळ खुलासा केला.

गौरी माझी मुलगी आहे. युगा पण माझी मुलगी आहे. मला दोन्ही मुली परत मिळाल्या आहेत. आईचे कोमल मन दु:ख पचवते. मी कडू घोट पचविले. सुखाने श्वास घेण्याची संधी आयुष्यात आली आहे. भूतकाळ विसरुन या दोन मुलींची आई म्हणून जण्याचा आमंद मी भोगणार आहे. विमलताई म्हणाल्या. ●

ती शांतपणे झुल्यावर झुलत होती. विचार करत होती. नी समोरच्या डॉक्टरवहीनींना तिने घाई-घाईने खाली उतरताना पाहिले. म्हणून ती बाहेर गेली तर दोन्ही हातात बॅगा घेऊन वहीनी पायऱ्या चढत होत्या व चढता चढता तिच्याकडे पाहत बोलल्या. आई बाबा आलेत. त्यांच्या चेहऱ्यावरचा तो आनंद व समाधान पाहताच तिला त्याचा हेवा वाटला. ती घरात येऊन शांतपणे खुर्चीवर बसली व त्यादिवशीचे तिच्या नणंदेचे शब्द आठवताच तिच्या डोळ्यातून अश्रु वाहू लागले. वहिनी तुम्ही कम नशीबीच आहात. म्हणून तर आई बाबांच सुख तुम्हाला मिळालं नाही आणि आता तर... खरच होतं तिचं म्हणणं स्वत :शीच विचार करत अंतर्मुख होवून ती विचार करत होती.



ऋणानुबंध

 - **शितल मालुसरे** महाड, रायगड.

खरच होत तिचं म्हणणं वडलाचं छत्र हरवल्यानंतर पार्टटाईम जॉब करत ती शिकली. त्यामुळे इतर मुला-मुलींप्रमाणे हौस-मौज तर कधीच केली नाही. सतत जबाबदारीच्या जाणीवेने ती कोलमडून गेली. कारण आई जेवणाचे डबे बनवून विकायची दुसरं उत्पन्नाच साधनच नव्हतं. त्यामुळे खूप काटकसर करावी लागायची. कधीतरी संध्याकाळच्या कातरवेळी ती अशीच विचार करत खिडकीत उभी राहायची तेव्हा तिला वाटायचं, एखाद्या राजकुमार आपल्या जीवनात येईल आणि अलगद आपल्याला सुखाच्या हिंदोळ्यावर झुलवेल पण हा तिचा भ्रम होता कारण तिच्या आत्यानेच तिला आपली सुन करुन घेतली होती.

आत्याच्या घरात गोतावळा पण खूप मोटा होता. घरात दुधाचा रावता होता. शेती भाती होती. आत्याचा मुलगा भारी दांडगट गडी, डिप्लोमा करुन कामधंदा शोधण्यापेक्षा गावात दांडगाई करुन दोघा भावांबरोबर शेतीचा पसारा सांभाळायचा. सगळ्यात धाकटा म्हणून थोडा लाडावलेलाही. त्याला मामाची गोरी गोमटी न घाऱ्या डोळ्याची तनिष्का लहानपणापासूनच खूप आवडायची आणि आता तर तिच्याशीच लग्न झालं त्यामुळे तो खुप खुश होता. शिवाय त्यांच्या घरात तीच शिकलेली सून होती. त्याच्या वहिणी आणि वहिनीही १० वी पर्यत शिकलेल्या त्यामुळे साऱ्यानाच तनिष्काच खूप कौतुक वाटायचे. सुरुवातीचे दिवस

कसे हौस-मौज करण्याचे, बागडण्याचे खूप मजेत जायचे. दिवसभर घरातलं काम एकतर ती नवीन होती व तिला कामाची सवय नव्हती. त्यामुळे दोघी जावा तिला सांभाळून घ्यायच्या आणि विराट तर ती कधी खोलीत येते याची वाट पाहत असायचा. थोडसही तिला त्रास होवू न देता तिचं तारुण्य फुलवायचा. ती खूप खूप समाधानी, तृप्त होती. त्यातच तिला दिवस गेले. मग काय दुधात साखरच पडली. सार घर कसं मुलाबाळांनी भरलेलं होतं. त्यात आता तनिष्काच्या बाळाचं आगमन होणार होतं.

आत्यांनी फार कष्टांनी हे सारं वैभव उभारलं होतं. नवरा गेल्यानंतर कुणाकडेच न जाता काबाडकष्ट करुन तिने तीन मुलगे व दोन मुलींना वाढविले होते. त्यामुळे घरावर तिची अढळ सत्ता होती. तिच्या परवानगीशिवाय घरातील पानही हालत नव्हतं. सुनाही आत्याबाईंचा शब्द खाली पडू देत नव्हत्या. त्यामुळे भांडण तर दूरच पण मोठ्या आवाजतही बोलणं घरात होत नव्हतं. एवढं सुखी कुटुंब होतं. मोठ्या मुलाला तीन मुलगे, मधलीला दोन मुली होत्या. सगळेच गुण्यागोविंदाने राहत होते. प्रत्येक सणवार रिती रिवाजाप्रमाणे आनंदाने साजरा व्हायचा. सगळ कसं मस्त. घर अगदी गोकुळासारखं भरलेलं. त्यात तनिष्काच्या जुळ्या बाळांची भर पडली. देव देतो ते असं भरभरुन देतो. स्वप्नजीत आणि लावण्या दोघही खूप गोरीपान आणि छान अगदी आईसारखी होती. सुदृढ अगदी विराटसारखी होती. ते पावसाचे दिवस होते. लग्नानंतर तनिष्का सासरच्या गोतावळ्यात गुंतून गेली होती. नंतर जुळी मुलं त्यामुळे त्या दोघांमुळे कुठे बाहेर पडायलाच मिळालं नव्हतं.

जुलै महिना होता. शेतीची कामही बऱ्यापैकी आवरली होती. ते दोघेजण चार दिवस तिच्या आईकडे गेले होते. जुलै महिन्यात नेहमी पडतो तसाच भयंकर पाऊस पडत होता. त्यांना त्या पावसाची सवय होतीच. त्यामुळे ते तिच्या आईकडे निवांत राहिले. बाळंतपणातही तिची आईच सासरी आली होती. त्यामुळे ती आता आईकडे माहेरपण अनुभवत होती. घरच्यांची खुशाली फोनवरुन समजत होती. आत्याबाईंनी दमच दिला होता की पाऊस पाण्याचं पोरांना घेऊन येवू नका. पाऊस कमी झाला की इकडे या. तोपर्यंत माहेरीच राहा. पडत्या फळाची आज्ञा मानून ते राहीले. पण पाऊस ढगफुटी झाल्यासारखा कोसळत होता. आजुबाजूच्या गावांचा संपर्क तुटला होता. कोल्हापुरात कधी नव्हे ते पाणी भरलं होतं. सगळीकडे हाःहाकार माजला होता. गावच्या नदीनेही धोक्याची पातळी ओलांडलेली होती. लोकांना सतर्कतेचा इशारा देण्यात आला होता. घरदार सोडून जाण्याचा सल्ला देण्यात आला होता. विराटचा जीव घाबराघुबरा झाला होता. रस्ता गाड्या सगळच बंद होतं. कोसळणारा पाऊस आणि महापुराने अक्षरशा थैमान घातल होतं.

दोन दिवसानी पाऊस थांबताच कसतरी मुलांना व तनिष्काला घेऊन तो निघाला. आणि पाहतो तो काय? सारं गावच पाण्यानं गिळंकृत केलं होतं. हाय रे दैवा! म्हणत तो मटकन खाली बसला. सगळीकडे चिखलाचं साम्राज्य होतं. आणि मध्ये मध्ये मातीचे उंचवट होते बाकीच सगळं गाव वाहून गेल होतं. गावाबाहेर गेलेली काही माणसे होती. १०-१२ तीच वाचली होती. बाकी सार जमीनदोस्त. वाचलेली माणसं सरकारी दवाखान्यात आक्रोश करत बसून होती. कारण तेवढ एकच स्लॅपच छप्पर शिल्लक होतं. तेही पक्क बांधकाम असल्यामुळे. तो हताशपणे पोलिसांच्या मदतीने तिकडे पोहचला आणि निखिलच्या हाकेने हादरलाच. काका असं हाक मारत निखील धाय मोकलून रडत होता. तनिष्काने त्याला जवळ घेतलं. न ती त्याला मायेने थोपटत राहीली. काय करावं काही सूचतच नव्हतं. पोरं भुकेने व्याकुळ झाली होती. विराट तर कोलमडलाच होता. तिलाही चक्कर येत होती. घडलं ते महाभयंकर होत. पण पोरांसाठी सावरायला हव होतं. ते तसेच परत कोल्हापुरला

माघारी फिरले. स्ध्यातरी कोणताच पर्याय नव्हता. होत्याच सारच नव्हतं झाल. गावाच स्मशान झालं होतं. ना प्रेत मिळाली होती ना थांगपत्ता. मामीच्या मांडीवर डोकं टेवून विराट खूप रडला. की ढगफुटीपेक्षाही त्याच्या हृदयाचं फुटणं भयंकर होत. मनाने उध्वस्त झालेला विराट भकासपणे आकाशकडे पाहत बसायचा. त्याचे दोन भाऊ, भावजया त्यांची चार मुल आणि त्यांची लाडकी आई सारच संपल जे जिवंत होते त्यांनी व नातलगांनी मृतजणांच सामुहीक कार्य पार पाडल.

दु:ख पर्वताएवढं होत. दु:खाची तीव्रता कमी होणारच नव्हती. पण स्वार्थी बनून का होईना तीन मुलांसाटी सावरायलाच हव होतं. दोन मुल व पुतण्या यांच्यासाटी जगायलाच पाहीजे होत. भरलेलं गोकुळ पुन्हा उध्वस्त झालं होतं. विराटची काही पुन्हा गावाकडे जायची इच्छाच नव्हती. त्याने कोल्हापुरमध्येच हार्डवेअर आणि गाडी सर्व्हीसिंगचा छोटासा धंदा टाकला. डिप्लोमा झालेला असल्यामुळे त्याला बऱ्यापैकी माहिती होती आणि कष्ट करण्याची त्याची तयारी होती.

सात वर्षाचा पुतण्या न ३ वर्षाची मुलं जिला आतापर्यंत फुलासारखी जपली होती ती तनिष्का. सगळ्यांचीच परवड झाली होती. दोष तरी कुणाला द्यावा. हळू हळू तो दु:खातून बाहेर पडून कामाधंद्याला लागला. पण कामात त्याच अजिबात मन लागत नव्हतं. सारखी घरच्यांची आठवण येवून तो बैचेन व्हायचा. तरीही मुलांच्या ओढीने कसाबसा संसाराची गाडी रेटायचा. मुलही मोटी होत होती. तसा त्यांचा खर्च वाढत होता. दोघांनाही शाळेत घालायचं होतं. निखील चौथीत शिकत होता. मुलांना त्यांनी शाळेत घातलं. तनिष्कालाही आता थोडा वेळ मिळत होता. तेव्हा ती आजुबाजुच्या मुलांचे क्लास घ्यायची. मनातलं दु:ख बाजुला टेवून विराटला सांभाळून घ्यायची. लग्नानंतरची दोन वर्षे ती खुप सुखात राहिली होती. त्याआधी आणि त्यानंतर तिच्या जीवनात सुखाच पान नव्हतच जणू की काय? जरा कुट सावरते न सावरते तोच तीची आई ॲटकने गेली. झालं. ती पुरती कोलमडली.

दैव कधी कधी किती निष्टुर बनते याची प्रचीती त्यांना पावलोपावली येत होती. आईच्या जाण्याने मायेचा आधार होता तोही तुटला. माहेरचा गोतावळा संपला. मामा होता पण तो तिकडे कुटे बाहेर गावी होता. खूप लहानपणी तिने त्याला पाहीले होते. आता आटवतही नव्हता. हळूहळू मनाची समजुत काढत ती मुलांमध्ये शिकवणीच्या मुलांमध्ये गुंतून गेली. ती एका खाजगी शाळेत शिक्षिका म्हणून लागली. आई जाऊन दोन वर्षे झाली होती. कधी-कधी ती सगळ्यांच्या आटवणीने ती बैचेन व्हायची. निखिलला हृदयाशी कवटाळून खूप रडायची. तोही तिला आईच म्हणायचा. आपल्या मुलांमध्ये व त्याच्यात तिने कधीच फरक केला नाही. ती दोघही खूप चांगली होती तरीही दैव का वाईट वागत होते तेच कळत नव्हतं. एक दिवशी काम करताना गाडीचा लोखंडी पत्रा लागल्याच निमित्त झाल आणि विराटला धर्नुवात झाला. व त्याच्यातून तो वाचू शकला नाही. जाताना त्याने निखिलला तिच्या पदरात टाकत सांगितले आपल्या मुलांकडे दुर्लक्ष झाल तरी चालेल पण याला व्यवस्थित सांभाळ. नाही तसं वचन दे. मला माहीत आहे तू दुजाभाव करणार नाहीस पण तरीही आणि तिच्याकडून वचन घेऊन तो कायमचा निघून गेला.

दुदैवाच्या फेऱ्यात ती पुरती फसली. कोल्हापुरसारख्या ठिकाणी कोणाचाही आधार नसताना तीन मुलांना घेऊन राहणं इतकी साधी, सोपी गोष्ट नव्हती. पण तिनं मनाचा निश्चय केला व आलेल्या परिस्थितीशी सामना करायचं ठरवलं. लहानपणीच वडील गेले. संसाराचा डाव मांडून होतो न होतो सारच उध्वस्त झालं. यातून मन उभारी घेतय न घेतय तोच आई गेली आणि साताजन्माचा सोबती या जन्मातच अर्धवट सोबत सोडून निघून गेला. किती हे दुदैव आणि तरीही तिला जगावं लागणार होतं.

निरागस निष्पाप मुलांसाठी. ह्यातच एक दिवस ती शाळेतून घरी आली तर निखीलला खूप ताप भरला होता. काही केल्या आठ दिवस ताप उतरतच नव्हता. ब्लड चेक केल तेव्हा कळल की त्याच्या पायात छोटीशी गाठ आहे ती काढली नाहीतर त्याच्या जीवाला धोका होता. ऑपरेशनचा खर्च लाखाच्या घरात जाणार हे ऐकून ती तर संपलीच. कुणाशीही काहीही न बोलता एकटक आकाशाकडे बघत बसून राहीली. काय करायच. निखीलला तर वाचवलेच पाहिजे. पण एवढे पैसे आणायचे कुठून. विचाराचं काहूर तिच्या मनात उठल होतं. काही सूचत नव्हतं. आणि ती ताडकन उठली त्यादिवशीच्या पेपरमध्ये एक ॲड पाहिली होती. तिने तो पेपर शोधून काढला व फोन लावला व आपल्याला तुमचा प्रस्ताव मंजूर आहे. अशी कबुली देवून टाकली. निखीलच्या पायाच ऑपरेशन करुन ती गाठ काढून टाकण्यात आली. ऑपरेशननंतर त्याच्या जीवाचा धोका टळला होता. निखीलला घरी आणण्यात आला. त्याची तब्येत सुधारु लागली. आणि तो दिवस उजाडला. चार दिवस मुलांना ठेवायचं कुठे ? तिची एक मैत्रिण होती. अंजली मराठे तिला साऱ्या परिस्थितीची कल्पना होती. आणि तिने स्विकारलेला प्रस्ताव ऐकून ती गडबडलीच. किती मोठा त्याग आणि तोही पुतण्यासाठी कमाल आहे.

आबासाहेब घोरपडे यांच्या एकुलत्या एक मुलाच्या दोन्ही किडण्या फेल झाल्या होत्या. त्यांना किडनीची आवश्यकता होती आणि ते वाटेल तेवढे पैसे द्यायला तयार होते. तनिष्काने तो प्रस्ताव स्विकारला होता. प्राथमिक चाचण्यानंतर त्याचे ब्लडग्रुप मॅच होत होते. तिची किडणी त्याला चालणार होती. हे ऐकूनच तिला हायसे वाटले. पण तिची एक अट होती अर्धे पैसे ॲडव्हान्स ताबडतोब हवे होते. त्याप्रमाणे घोरपडे तयार झाले होते. आणि त्या पैशातून तिने निखीलचे ऑपरेशन केले होते. आता तिची सत्वपरिक्षा होती. कोणत्याही परिस्थितीत तिला चिमण बाळांसाठी जगायचं होतं. जबरदस्त विचारशक्तीच्या जोरावर पोरांना मैत्रिणीकडे ठेवून ती हॉस्पीटलमध्ये ॲडमिट झाली. जेव्हा तिला ओटी मधून बाहेर आणलं तेव्हा ती बेशुध्द होती. पण जेव्हा ती शुध्दीवर आली तेव्हा डोळ्यावर गुंगी असूनही एकेक घटना तिला आठवत होती. आणि तिला जेव्हा जाणीव झाली की आपण आपल्या शरीरातील एक किडणी देऊन दोघांचा जीव वाचवलाय तेव्हा तिचं मन आनंदाने भरुन आल. न जाणो हे कोणत्या जन्माचे ऋणानुबंध होते. माहित नाही पण आपल्या कर्तव्यात कुठेच कमी पडली नाही. तिच्याभोवती निखील, स्वप्नजीत, लावण्या तिची मैत्रीण, देशमुख साहेब सारे उभे होते आणि सर्वांच्या डोळ्यातून कृतज्ञता अखंडपणे वाहत होती. नियतीच्या दुदैवी फेऱ्यात सापडूनही जबरदस्त इच्छाशक्तीच्या जोरावर तिने आपले ऋणानुबंध जपले होते.



खेळ नियतीचा

- **धनंजय गोंधळी** चिरनेर, रायगड.

ज्यांच्या जीवनात काळोख दाटला आहे. त्याला कोण काय करणार ? जो कुणाच्या आल्या गेल्यात नाही, ज्याने कुणाचे वाईट केले नाही, रोजचा उपक्रम पोटापाण्यासाठी कामधंदा करणे, अशा निरागस निरपराध माणसाचा खून केवढं क्रौर्य हे ! रघूनाथ एक साधा माणूस, पत्नी, दोन पोरं, म्हातारे आई-वडिल असा त्याचा संसार होता. रघूनाथ शेतमजुरीची कामे करायचा. स्वत :ची शेती होती. तो ती पिकवायचा व सर्वाचा उदरनिर्वाह करायचा. अशी दहा-बारा वर्षे रघूनाथचा संसार चालला होता. रघूनाथचे परोपकारी वागणे होते. त्यामुळे गावकरी त्याला अडल्या-नडल्याला मदत करीत असत. रघूनाथचे गाव हे खाडीकिनारी एका आड वळणी होते. एके दिवशी मुंबईचे दोन लोक त्या गावात पाहुणे म्हणून आले. त्यांना तो खाडीकिनारा एवढा आवडला की त्यांनी त्या किनाऱ्यालगतची जागा ताबडतोब खरेदी केली. त्यात रघूनाथचीही जागा होती. रघूनाथला जागेचे भरपूर पैसे आले. त्यामुळे रघूनाथची परिस्थिती सुधारली. तो धार्मिक वृत्तीचा असल्याने देवानेच आपल्याकडे लक्ष लावले. असे समजून तो ईश्वर भक्तीत रमून जायचा. परंतु मुंबईचे लोक हे स्मगलिंगवाले होते. हे कुणालाही समजू दिले नाही. त्यांनी त्या गावात फक्त जागा विकत घेतली. घर वगैरे काही बांधले नाही. फक्त खाडीच्या किनाऱ्याला लाँच लागेल असा धक्का बनवून घेतला.

गावातील माणसे कशी आहेत याचा त्यांनी अंदाज घेतला. गावातील बहुतेक माणसे ही सभ्यच होती. वाईट चालीरिती त्यांच्याकडे नव्हत्याच. परंतु काही तारकट पोरं ही होतीच. त्यात नाऱ्या व गंध्या ही दोन महा उटाटेवी माणसे त्यांनी नेमकीच हेरली. व त्यांना हाताशी धरुन त्यांच्या समवेत कार्याचा शुभारंभ करण्याचे टरविले. त्यांनी अगोदर गावातील माणसे घेतली. तिथले स्थानिक दलाल म्हणून त्यांच्याशी मैत्री करुन त्यांच्यामार्फत धंदा करण्याचे टरविले. रघूनाथचे शेत, घर हे खाडीकिनारी असल्यामुळे त्यांनी ते घर भाड्याने घेतले व त्या घरात मुक्काम टोकला. रघूनाथचे एक घर साधे होते. तेथे त्यांनी चांगला बंगला बांधून दिला व खाडीवरचे घर ते वापरु

लागले. एक दिवशी रात्री चांदीच्या विटा भरलेला मचवा त्या धक्याला लागला. सर्व विटा उतरुन रघूनाथच्या घरात ठेवल्या. व रघूनाथला पाहरा करावयास सांगितले. तीन चार दिवसांनी भाताचा पेढा नेण्यासाठी गाडी आली. त्यात खाली चांदीच्या विटा व वर पेढा असे भरुन त्या पार्सलही झाल्या. गाववाल्यांनी त्या वाहून नेल्या म्हणून त्यांना प्रत्येकी शंभर रुपये मजुरी दिली. गावकरी खूष झाले. गावकीच्या देवळाला पाच हजार देणगीही दिली. रघूनाथला पहारा केला म्हणून दहा हजार रुपये इनाम दिले. आयुष्यात रघूनाथने जागा विकली तेव्हा त्याच्या हातात मोठी रक्कम आली होती. त्यानंतर आज ५ दिवसाची कमाई दहा हजार रुपये. रघूनाथला आनंद झाला. बायका पोरं आनंदात राहू लागली.

हळूहळू स्मगलिंगचा वेग वाढू लागला. रघूनाथ आता श्रीमंत झाला होता. परंतु त्याने आपली धार्मिक वृत्ती सोडली नाही. सोन्याच्या बिस्कीटांची जाकिटे गादीखाली लपवून रघूनाथ आरामशीर झोपत असे. परंतू त्याच्यातून एक जाकिट चोरुन ठेवावे असे रघूनाथच्या मनाला शिवले नाही. प्रामाणिकपणा हा त्याच्या पाचविला पुजला होता. एक दिवस नाऱ्या व गंध्या रघूकडे गेले. त्यांनी रघूला वाईट सल्ला देण्यास सुरुवात केली. आपण तीन जाकिटे लपवून ठेवू या. परंतू रघूनाथ त्यांच्या वाईट कृत्याला तयार झाला नाही. मग नाऱ्या व गंध्यांनी जाकिटे पळविण्याचे ठरविले. परंतू रघूनाथने नाव सांगितले तर ती पार्टी आपणास टार मारील. काय करावं या विचारात गंध्या, नाऱ्या पडले. पोलिसांना खबर द्यावी असा विचार त्यांनी केला. परंतू हे जर पार्टीला समजले की आपण खलास? तो विचार त्याने सोडून दिला. एके दिवशी त्या दोघांनी ठरविले. रघूनाथ या घरात एकटाच झोपतो. त्याला टार मारायचा? आणि आपण सोन्याची दोन जाकिटे पळवून नेऊन दूर जंगलात पुरुन टेवायची. परंतू नेमकं त्याचवेळी रघूनाथच्या मनात पाप निर्माण झाले. त्याला चोरी करण्याची दुर्बध्दी सूचली. त्यांनी त्याच रात्री सोन्याची तीन जाकिटे घरी आणून बायकोच्या ताब्यात दिली. व तेथे चोरीची भिती आहे असे खोटे सांगितले. घराच्या आवारात पुरुन टेवण्यास सांगितले. रघूनाथला वाटले. आपल्या मुला-बाळांचे पुढे कल्याण होईल. वास्तविक पाहता रघूनाथचा प्रामाणिकपणा पाहुन त्याला स्मगलिंगवाले सर्व सुविधा देऊन पैसाही भरपूर देत होते. परंतू त्यांच्या मनात अवदशेने संचार केला. आणि त्याला वाईट कर्म करण्यास भाग पाडले. लक्ष्मी त्याच्या घरात येतच होती. परंतू अवदसा त्याच्या पाटीमागे लागली व तिने रघूनाथवर ताबा मिळविला.

इकडे नाऱ्या आणि गंध्याला झोप लागत नव्हती. त्यांनी रघूनाथचा खून करुन जाकिटे पळविण्याचे ठरविले. फक्त दोन जाकिटे रघूनाथ जवळ शिल्लक होती. ती त्याने एक एक करुन बाजुला सारुन ठेवली होती. ती पण त्याने घरी नेली. रघूनाथ नुसता तेथे झोपण्यास जात होता. त्याच रात्री नाऱ्या व गंध्या सोबत चाकू घेऊन रघूनाथच्या खाडीच्या शेतावर गेले. घराची कौले काढून आत शिरले. रघूनाथ शांतपणे झोपला होता. दोघांनी चाकू काढून जय कालिमाता म्हटले व त्यांनी सपासप छातीवर, पोटावर वार केले. रघूनाथ एकदाच ओरडला. पण गावापासून दोन किलोमीटर अंतरावर हे घर असल्यामुळे ओरडणे कुणालाही ऐकू आले नाही. त्यातच रात्रीची वेळ. कुणीही तिकडे नव्हते. रघूनाथ पूर्णपणे मेला याची खात्री करुन त्या दोघांनी सारे घर धुंडून पाहिले. त्यांच्या हाती काहीच लागले नाही. शेवटी त्यांना पश्चाताप झाला. त्यांनी ते प्रेत तसेच टाकून ते रानात पळाले. काय करावे त्यांना सूचतच नव्हते.

इकडे सकाळी रघूनाथची बायको न्याहरी घेऊन गेली. दार अर्धवट उघडे होते. आत जाऊन पाहते. तर रघूनाथची ही अवस्था पाहुन तिने हंबरडा फोडला. त्याच वेळी तिला मुर्च्छा आली. पण रघूनाथच्या बायकोचा हंबरडा ऐकून शेतकामाला

आलेली काही माणसे तिकडे धावली. त्यांनी तिला उचलून डॉक्टरकडे नेले. आणि रघूनाथची बातमी पोलिसात कळविली. पोलिस आले, पंचनामा करुन प्रेत पोस्टमार्टसाठी तालुक्यात नेले. नंतर प्रेत घरी आणण्यात आले. गावकऱ्यांनी रघुची प्रेत यात्रा काढून सर्व गाव दु:खात लोटला होता. इकडे स्मगलरांच्या हिशेबात पाच जाकिटे कमी आल्याचे निदर्शनात आले. आणि ती पाच जाकिटे रघूनाथ जवळ होती. आणि त्याचा खून करुन ती जाकिटे पळविली अशी बातमी वाऱ्यासारखी सगळीकडे पसरली. परंतु खुनाचे रहस्य कुणालाच माहित नव्हते. जो तो म्हणून लागला. जो कुणाच्या आल्यागेल्यात नाही त्याचा कुणाशी वाद नाही त्याचा खून केवढा क्रौर्य हे? पोलिसांची चौकशी सुरु झाली. त्या खुनाची गंध्या नाऱ्याला खंत वाटत होती. की आपण एका निरपराध माणसाचा खून केला. आपणास हे पाप भोगलेच पाहिजे. इकडे स्मगलरवाल्यांना वाटले. रघूनाथ एक प्रामाणिक माणूस त्याने आपली रखवालदारी इमानाने केली, तरीही त्याचा खून झाला? पण खरा प्रकार कुणालाच माहित नव्हता. रघूनाथला देवाने दिले होते. पण दैवाने ते हिरावून नेले. फक्त मागे बायका-पोरं व म्हातारे आईवडिल व चोरलेली पांच जकिटे राहिली होती. नियतीचा हा खेळ असा असतो.

पोलिसांनी हे प्रकरण सी.बी.आय. कडे सोपविले. सी.बी.आय. ने तपास करुन हे प्रकरण स्मगलिंगशी संबंधित असल्याचा शोध लावला. चौकशीस प्रारंभ केला. घराघरात रघूनाथच्या खुनाची चर्चा चालुच होती. त्यात गंध्या, नाऱ्या गाव सोडून गेल्याचीही चर्चा होत होती. मग सी.बी.आय. ने गंध्या नाऱ्याचा शोध घेण्यास सुरुवात केली. तपास करता ते दोघे मुंबईच्या एका हॉटेलात सापडले आणि खुनाला वाचा फुटली. नाऱ्याने माराच्या भितीने सर्व स्मगलरची माहिती पोलिसांना दिली. ही परिस्थिती सत्य आहे याची खात्री पटविण्यासाठी त्या खाडीच्या टिकाणी प्रत्यक्ष दाखवून दिली. व आम्ही दोघांनी सोन्याच्या लालसेने एका निष्पाप माणसाचा खून केल्याची कबुली जबाब दिला. परंतु पाच जाकिटे स्मगलरवाल्यांची चोरीला गेल्याची खबर पोलिसांना तपासाअंती कळली होती. मग ही ह्या दोघांनीच चोरली असे समजुन त्यांना मारहाण करण्यास सुरुवात केली. तसेच काही सी.बी.आय. चे लोक गावात निरनिराळी सोंगे घेऊन गुप्तपणे फिरतच होती. एक दिवशी रघूनाथची बायको तिचे नातेवाईक तिच्याकडे आले असता ती रघूनाथचे वर्णन करुन रडत होती. त्यात तिने वर्णन केले की पाच जाकिटे टेऊन तुम्ही पोरांचे सोने केलेत पण तुम्ही माझा सोन्याचा गोळा होतात. तुम्ही गेल्यावर आता मी काय करु? हे रडणे सी.बी.आय. च्या लोकांनी ऐकले आणि त्यांना त्याच वेळी संशय निर्माण झाला. त्यांनी रघूनाथच्या घराची झडती घेण्याचे टरविले. एक दिवशी रघूनाथच्या बायकोला पोलिसांनी जबाबासाठी पोलिस स्टेशनला बोलाविले. रघूनाथची बायको सात्वीक होती. तिने नवऱ्याच्या शब्दावर विश्वास ठेऊन कुणीही ती चोरुन नेऊ नये म्हणून परसात पुरुन टेवली आहेत, एवढे मला सांगितले होते. माझा सोन्याचा दागिना गेला. हे काळं सोने ठेऊन माझ्या संसाराची माती करावयाची आहे काय मला? आणि तिने पोलिसांना घरी बोलावून जागा दाखविली. पोलिसांना वॉकीटॉकी लावून शोध घेतला. व सोने बाहेर काढले. पोलिसांनी रघूनाथच्या बायकोचा प्रामाणिकपणा पाहून रघूनाथच्या बायकोच्या नावे खबर नोंदवून तिला बक्षिस दिले.

गंध्या, नाऱ्याला केवळ हव्यासापोटी एका सज्जन माणसाचा खून केला म्हणून पश्चाताप झाला. एक जिवलग मित्र गेला. आपली रोजची रोजीरोटीही गेली. सोन्याच्या हव्यासापायी हातात लोखंडाची बेडी आली. एका निष्पाप माणसाचा खून. चोरीच्या व्यापारास मदत वगैरे आरोपाखाली गंध्या, नाऱ्याला १४ वर्षे सक्त मजुरीची शिक्षा झाली. रघूनाथची हत्या झाली. गंध्या, नाऱ्याची वाताहत झाली. नियतीचा खेळ संपला. गावात शांतता प्रस्थापित झाली होती. पुन्हा लोक शेती धंद्याला लागले होते. रघूनाथची बायको धार्मिक व सात्वीक असल्यामुळे तीला आलेली बक्षिसाची रक्कम तिने न घेता रघूनाथच्या नावाने गावच्या देवळास व हायस्कूलास देणगी देऊन टाकली. दैव देते पण अनितीच्या पाटी लागले आणि पैसा मिळविला की, तो कर्म घेऊन जातो. ●



स्त्री स्वातंत्र्य

- **चारुलता कुलकर्णी** ठाणे.

पुर्वी मुलगी म्हणजे परक्याचं धन. मुलीचं लग्न जमवायचं म्हणजे जणू काय मुलीला तिच्या बापालाच गरज. शिवाय हुंड्याच्या घागरी घेऊन जावयाच्या दारात उभं राहायचं. अशावेळी विवाहेच्छु मुली हे सर्व डोळ्यावर कातडं ओढून पाहणार, कानावर हात ठेवून ऐकणार, तोंडावर पट्टी बांधून मुकपणे सहन करणार. कशासाठी? तर परक्याचं घर आपलं करण्यासाठी. सर्व एकतर्फी आटापिटा. वडील सांगतील त्याच्या गळ्यात माळ घालणार. असा हा लग्न प्रकार होता. घाटावरील घाटी लोकांत तर मुलगा झाला की घरी चेक आला म्हणून आनंद साजरा करण्याची पध्दत आहे. मुलगी झाली तर चेक गेला म्हणून तोंड वाकडं करण्याची पध्दत आहे. अशा परिस्थितीत स्त्रीमुक्तीची चळवळ कशी उभी राहणार?

स्त्रियांचे अलंकार म्हणजे पुरुषांनी बायकांच्या पायात, गळ्यात, नाकात, कानात, हातात अडकविलेल्या बेड्या आहेत. असंही बायका म्हणतात. तरी देखील त्या मुक्त होऊ पाहणाऱ्या स्त्रियांना दागदागिन्यांची केवढी हौस असते? अलकारांनी सजावं, नटावं इतर बायकांना हिणवावं ही स्त्रीची इच्छा असते. हे तर सर्वांनाच ठाऊक आहे. मग स्त्रीमुक्ती म्हणून चळवळ का करावी? कोणी कोणापासून मुक्त व्हायचं? स्त्रियांनी पुरुषांपासून की पुरुषांनी स्त्रियांपासून? मला वाटतं त्यांच्या चळवळीला पुरुषमुक्ती असं नाव दिलं पाहिजे. स्त्रियांनी थोडाफार विचार केला तर त्यांच्या लक्षात येईल की स्त्रीमुक्ती ही चळवळ योग्य आहे का? ह्या चळवळीत प्रत्येक स्त्री वटसावित्रीचे व्रत करते. ज्या पुरुषांच्या विरोधात, त्यांच्या वागण्यात, त्यांच्या बंधनातून मुक्त होण्यास चळवळ करते त्यालाच ती आपला साता जन्माचा सोबती म्हणून हाच पती सातही जन्म मिळो म्हणून मनोभावे वटवृक्षाकडे मागणी करते. मग चळवळ कशासाठी?

आजच्या युगात स्त्रियांचे मेळावे होतात. सभा होतात. चर्चासत्र, महिला मंडळ, स्त्रीमुक्ती संस्थेचे कार्यक्रम होतात. त्यात आता रांधा, वाढा, उष्टी काढा हे स्त्रिया पुरुषांना सांगणार आहेत. पण याच स्त्रिया घरी गेल्यावर रांधायला, वाढायला लागतात असं का? तर मला वाटतं पुरुषांनी कितीही चांगला स्वयंपाक केला तरी त्यांना आवडणार नाही. त्या सर्व स्वत:च

करणं पसंत करतात. मग दुसऱ्या दिवशी महिला मंडळात सांगणार आमच्या यांना की नाही चहा सुध्दा करता येत नाही. खरं म्हणजे बायकांना स्वयंपाक पाण्याची हौस असते. स्त्री मुक्ती चळवळ महिला करतात हे पाहून पुरुषांनी स्त्री मुक्ती म्हणजे स्त्रीपासून मुक्ती ही चळवळ सुरु केली आहे. वेदकाळाने स्त्रियांचा गौरव केला. मुली तू आता घराची स्वामिनी, ऋग्वेदातील विवाहसूक्तात वर म्हणजे ऋग्वेद, वधु म्हणजे सामवेद, सामवेद म्हणजे संगीत, गाणे तसेच वर म्हणजे आकाश, वधू म्हणजे पृथ्वी एवढा प्रत्यक्ष गौरव करणारे ऋषीमुनी होते ते सुध्दा पुरुषच होते. पुरुषांनीच सीता, द्रोपदी यांना ब्रम्हवादिनी म्हणून गौरविले आहे. कैकयी दशरथाला युध्दात मदत करते. जिजाबाई शिवाजीसारख्या पुत्राला जन्म देते. ज्या श्रीकृष्णाने राजसूय यज्ञात उष्टी काढून स्त्रियांची प्रतिष्टा वाढविली त्याच स्त्रिया आता पुरुषांपासून स्त्रीमुक्ती मागत आहेत. त्यांनाच रांधा वाढा म्हणून सांगतात. कशासाठी मुक्तीच्या गप्पा मारायच्या? खरं तर तुझं माझं जमेना, तुझ्यावाचून करमेना अशीच ह्या महिला चळवळीची गत आहे. मुक्ती कधी मागून मिळत नाही. स्वातंत्र्य द्या म्हणून कधी मिळत नाही. खरं तर धाडसाने बायकांनी म्हटलं पाहिजे आम्ही मुक्त आहोत, आम्ही स्वतंत्र आहोत.

सीता, कुंती, दमयंती व द्रौपदी तसेच चाँदबिबि, जिजाबाई, झाशीची राणी लक्ष्मीबाई, इंदिरा गांधी यांनी कुठे स्त्रीमुक्तीची चळवळ केली होती? त्या स्वतंत्रच होत्या. चंद्र-सूर्य, श्रावण व ब्राम्हण शक्तीमान आहेत. पण त्यापेक्षाही स्त्री अधिक शक्तीमान आहे. म. फुले, महर्षि कर्वे यांच्या प्रयत्नांनी स्वयंपाक घरातील स्त्री चार बुके शिकायला समाजात वावरायला लागली. आता स्त्री-पुरुष समानतेचा काळ आला आहे. खरं तर त्याची नितांत गरज आहे. ज्या कुटूंबांनी किंवा घरांनी समानता तत्व आचरणात आणले त्यांचा विकास होत गेला. "एकमेका सहाय्य करु अवघे धरु सुपंथू" या उक्तीप्रमाणे स्त्री-पुरुष सहजीवन सहकार्यानेच सुरक्षित होईल. घरात आणि घराबाहेर स्त्रिया निर्भयतेने हिंडू, फिरु शकतील. आज जग सहकारी तत्वावर चालणारं आहे. या व्यवहाराचा फायदा स्त्री व पुरुष यांच्यात समान वाटला गेला पाहिजे. कोणी कमी नाही, कोणी जास्त नाही. तफावत कमी झाली म्हणजे सुरक्षिततेचे प्रामण वाढेल. तसेच शिक्षणासाठी, व्यवसायासाठी किंवा घरची कामे करण्यासाठी बाहेर पडणाऱ्या स्त्रीयांनी आपले संरक्षण आपण करावयाचे आहे. त्यासाठी मुलींना कराटे, व्यायाम, दांडपट्टा शिकवावे. "उध्दरेत् आत्मनं आत्म" या गीतेतील तत्वानुसार कटीण प्रसंगी पळून न जाता नुसतं पाहत न बसता आपल्या भगिनींना मदत केली पाहिजे. ही चतुश्रुती आचरणात आणल्यास एकविसाव्या शतकातील स्त्री निश्चितच सुरक्षित होईल. यात शंका नाही. ब्रम्हदेवाने प्रथम तिची निर्मिती केली ती आदिशक्ती. "यत्र नार्यस्तु पूजन्ते, रमन्ते तत्र देवता" ही उक्ती सार्थ होती. संत आणि समाजसुधारकांनी स्त्रीयांना स्व ची जाणीव करुन दिली. ज्ञानाची कवाडं उघडून दिली. स्त्री ज्ञानार्जना बरोबर अर्थार्जन करु लागली. सर्व क्षेत्रात चमकू लागली. गृहिणी, शास्त्रज्ञ, गीर्यारोहक ते थेट राष्ट्रपतीपर्यंत पोचली. तिला आत्मबल मिळाले.

स्त्रीला शिक्षण, संरक्षण तिला समाजात सन्मान मिळाला तरच तिला आत्मबल मिळेल. तिला ओझं जबाबदारी, भीती, चिंता उरणार नाही. मुलगा, मुलगी समान आधाराची काठी होईल. जीवघेणा हुंडा, खर्चिक लग्नपध्दीत जाचक वरदक्षिणा न देणे यात स्त्रीयांनीच पुढाकार घेतला पाहिजे. स्त्रीयांना दुय्यम, उपभोगी वस्तु न मानता तिला बरोबरीचे स्थान मिळाले पाहिजे. तरच कुटुंब समाजात स्त्री-पुरुष एकोप्याने संबंध राहतील. व सुखी जीवनास धक्का पोचणार नाही. ●



- **सुभाष झेंडे** डोंबिवली (प.)

चारुलता आपल्या वर्गात अगदी रंगून गेली होती. १० वीचा पोर्शन संपवायला हवा होता. ती आपल्या जीवाचं रान करुन वर्गातील मुलांच्या अभ्यासाकडे लक्ष देत होती. पुढील पॅराग्राफ समजून सांगत असताना तास संपल्याची बेल झाली. आणि तिचा मूडच गेला. लेक्चर देत असताना टॉपीक अर्धवट राहिल्याचे दु:ख झाले. सारे विद्यार्थी तिच्याभोवती गोळा झाले. पण तिला अचानक आटवले आज शाळेचे ट्रस्टीचे कार्यकारी सदस्य शाळेस भेट देणार होते. म्हणून मग ती विद्यार्थ्यांशी न बोलता पुस्तक आणि पर्स उचलून वर्गाबाहेर पडली. तिचा मूड परत यायला जरा वेळ लागला. कितीतरी महिन्यांनी आज शिकवताना ती इतकी रमून गेली होती. सगळं कसं सुरळीत चाललं होतं. आणि मध्येच काय तरी उद्‌भवलं. आपल्या विचाराच्या तंद्रीतच ती जिन्यापाशी आली. तेवढ्यात मागून तिची मैत्रीण अर्चना तिला हाका मारत होती. खरतर आज चारुचा कोणाशीही बोलण्याचा मूड नव्हता. पण अर्चनाने तिला गाटलच. काय चारु मॅडम आज अगदी स्तब्ध आहे. अर्चनाने तिला जाणीव करुन दिली. नाही ग, आज बऱ्याच दिवसांनी मनापासून शिकवावसं वाटत होतं. अन् मन ही रमलं होतं. पण जाऊ दे अर्चनाताई तुमचं वर संशोधन कुठपर्यंत आलय. चाललय की नाही. दोघी हसत हसत जीना उतरु लागल्या अन् तेवढ्यात शाळेचा चपराशी सहदेव त्यांच्यासमोर येऊन उभा राहिला. चारु मॅडम प्रिन्सिपल साहेबांनी तुम्हाला तावडतोब बोलवलय ? अर्चनाचा हात हळूच दाबत चारु तिला म्हणाली, अर्चना मी पुढे जातेय उद्या भेटू या.

चारु शृंगारपुरे सरांच्या केबीनमध्ये आली. सर कपाटातून काही फाईल काढत होते. ही तीच फाईल असणार तिच्या मनात आलं. आपल्या कार्यालयात काय घडतय हे गेल्या महिन्यापासून. सरांनी फाईल हातात घेतली व तिच्याकडे पाहून सहजतेने हसत म्हणाले, मॅडम बसा ना ! किती झाला पोर्शन ? अरे हो तुमचे बाबा आजारी होते ना ! आता त्यांची प्रकृती कशी आहे ? सरांचं बोलणे अर्धवट ऐकत ती म्हणाली सर आता सगळं बरं आहे. आज मेंबर्स येणार होते. अजुन आले नाहीत का ? मला आपणच बोलवणं पाठविल ना ? शृंगारपुरे सराबद्दल सर्वाच्या मनात आदराची भावना होती. त्यांना मराठीचं अगाध ज्ञान होतं. प्रचंड बुध्दीमत्ता विषयाच सखोलज्ञान नवनवेन विषयांचे सखोल अभ्यास करणारे, विद्यार्थ्यांचा हितासाठी सतत

झगडणारे विनयशील, मृदूभाषिक, तेजस्वी डोळ्यांचे शृंगारपुरे सर विद्यार्थ्यांपासून ते पार स्टाफमेंबर्स पर्यंत सगळ्यांचेच लाडके होते. त्यांच्यावर संस्थेने एका कॉलेजच्या प्राचार्य पदाची जबाबदारी सोपवून संस्था निश्चित झाली होती. चारुलाही सरांबद्दल आदरयुक्त भितीच वाटत होती. चारु मॅडम तुम्ही अगदी बिनधास्त रहा. कोणत्याही प्रकारचे टेन्शन घेऊ नका. सगळं काही ठिक होईल. आपण जर काही चुकीचं केलेले नाही तर घाबरायचं कशाला. खरं म्हणजे तुमचा अनुभव, तुमच ज्ञान, अध्यापन, कौशल्य तुमचे सद्‌गुण त्यामुळे तुम्हाला मिळणारी लोकप्रियता हेवा वाटावा अशी परिस्थिती असता घाबरायचं कशा करता? सर कृपा करुन माझी स्तुती करुन मला लाजवू नका. परंतु माणसाच्या जीवनात काही प्रसंग येऊन जातात. बोलता-बोलता तिचा आवाज रडका झाला. डोळ्यात आसवे जमा झाली. क्षणभर ती बोलायची थांबली. पुढे काही बोलणार तेवढ्यात व्हाईस प्रिन्सीपल सामंत सर आल्याने तर ती गप्पच झाली.

कमिटी मेंबर्स आलेत त्यांना मी गेस्टरुमध्ये बसवून आलोय सर, सामंत सरांनी वर्दी दिली. चहा कॉफी नाश्ताची सोय केलीय. त्यांच्याबरोबर सुपरवायझर देशपांडे सर पण आलेत. बरे झाले सामंत सर मला वाटत इथे ही नास्ता कॉफी सांगायला हरकत नाही. विशेषत: चारु मॅडमसाठी फार गरज आहे. सांगतो मी. पण मला वाटतं. आपण आधी काही मुद्यावर चर्चा करु या म्हणजे. त्यांच्यापुढे आपली फजिती नको. सामंत सर फजितीचा अन् घाबरण्याचा काहीच प्रश्न नाही. चौकशी समितीला न घाबरता समोर जाण्यात मॅडमची काहीच हरकत नाही. तस चुकीचं त्यांच्याकडून काही घडलेलंच नाही. आपल्याला वाटतय. पण माझ्या कानावर आलंय ते वेगळंच. कमिटीला संशय आलाय तो वेगळ्याच बाबीचा. सामंत सर कृपया मला सविस्तर सांगता का? काय समजलं आहे तुम्हाला, चारुने शांतपणाने विचारले. यावर आपली खुप चर्चा झालीय आपण आता सरळ कमिटी समोर जाऊन बसू. जे होईल ते होईल. आपण सगळी कागदपत्र कमिटीकडे पाठविली होती. आता आपण त्यांच काय म्हणणं आहे ते ऐकू या. एवढं बोलुन शृंगारपुरे सर उठले आणि पाठोपाठ चारु. मग नाईलाजाने सामंत सर ही त्यांच्या मागोमाग जाऊ लागले. हॉलमध्ये चौकशी समितीचे चार सदस्य आणि देशपांडे सर बसले होते. त्यांच्या आपसात अवांतर गप्पा चालु होत्या. तेवढ्यात हे तिघेही हॉलमध्ये आले. परिचयाचा औपचारीक कार्यक्रम झाला आणि देशपांडे सर निघून गेले.

एकूण सर्व कागदपत्र तपासून सदस्यापैकी एकजण म्हणाले, शृंगारपुरे सर तुमच्या संस्थेबद्दल, तुमच्याबद्दल, मॅडमबद्दल आम्ही खूप ऐकून होतो. आपलं नांव त्यांनी जाणीपूर्वक टाळलं हे सामंत सरांच्या चांगलेच लक्षात आलं पण त्या मागच कारण लक्षात आल्यावर ते मनोमन हसले. चौकशीला सुरुवात झाली. चौकशी समितीला शृंगारपुरे सरांबद्दल आणि चारु मॅडमबद्दल माहिती असली तरी त्या दोघांना मात्र त्यापैकी कोणीही परिचित नव्हतं. शृंगारपुरे सर तुमच्या या कॉलेजच्या इमारतीला नुकतीच पन्नास वर्ष पूर्ण झाली आहेत. एवढी वर्ष एखादी शिक्षण संस्था व्यवस्थीत चालु राहते. अभिनंदनास पात्र ठरते. ही निश्चितच गौरवाची बाब आहे. पण एखाद्या झालेल्या बारीकश्या गफलतीमुळे तिचा रंग बदलावा हे ही अतिशीय निंदनीय बाब नाही का? तसेच तुमचं महाविद्यालय विद्यार्थी लोकप्रिय होत गेल्यानं आपोआप विद्यार्थ्यांच्या संख्येत वाढ झाली आणि त्यामुळे वर्गाच्या रुम, व मजले वाढविण्याचा संस्थेने निर्णय घेतला. त्यासाठी बांधकाम टेंडर्स मागविली. आलेल्या निवेदामधून आपल्या संस्थेने कोर्णाक या बांधकाम कंपनीच टेंडर स्विकारलं गेलं. कारण या पुर्वीच्या काळात या कंपनीने आपल्या संस्थेच्या

मुख्य इमारतीचं बांधकाम केल होतं. ही एक महत्वाची बाब अन् दुसरे असे की या कंपनीच्या निविदामध्ये असलेले दर आपल्या इतरांच्या निविदेतील दरापेक्षा कमी वाटले. मला वाटत मि. शृंगारपुरे त्या निवेदवर मंजूर म्हणून कमिटी मेंबरच्या सह्या आहेत नाही का?

हो शृंगारपुरे सर म्हणाले, आणि ते पुढे काही बोलण्यापुर्वीच सामंत सरांनी सांगावयास सुरुवात केली. निविदा मंजूर झाली. संस्थेच्या अध्यक्षांनी सचिवानीही त्याला हरकत घेतलेली दिसत नाही. संस्थेच्या मान्यवरांनी दिलेल्या आदेशानुसार तीन वर्गखोल्या व एक प्रयोग शाळेच्या बांधकामास सुरुवात झाली ही सर्व माहिती सामंतसर सांगत होते. त्यावेळी त्यांच्या आवाजात नको तेवढा उत्साह होता. आत्मविश्वासाच्या पातळीवर जाण्याचे ते निर्देश करीत होते. महत्वाचे असे की बोलताना त्यांचा रोख मात्र त्या तिघांपैकी चारुकडे अधिक होता. यावर चौकशी समितीचे प्रमुख त्यांना म्हणाले, आम्हाला तुम्ही सांगताय ती माहिती नकोय आणि आम्ही ज्या व्यक्तीला विचारु त्यांनीच उत्तर दिलं पाहिजे. अशी आमची अपेक्षा आहे. हं-हं आलं माझ लक्षात आपणाला असं ही हवं असेल की निविदा मंजूर करताना त्यावर शृंगारपुरे साहेबांची स्वाक्षरी का नाही? त्याच कारण अगदी स्पष्ट आहे की त्या कालावधीत शृंगारपुरे साहेब दीर्घ मुदतीच्या रजेवर होते. हे बघा सावंत तुम्ही शांत बसा. आम्ही तुम्हाला जेव्हा विचारु ना त्यावेळी तुम्ही बोला. आता मात्र एक शब्द ही तोंडातून काढू नका. आमचा पुढचा प्रश्न असा आहे की जे काही घडलं ते आम्ही जाणून आहोतच. परंतु कसं घडलं आणि का घडलं हे महत्वाचं.

यापुढील चौकशी मात्र गंभीर वातावरणात सुरु झाली. संस्थेच्या अध्यक्षांकडे कारभाराची सुत्रे सोपवून शृंगारपुरे रजेवर गेले. त्यावेळी अध्यक्षानी सर्व सुत्रे चारुलता मॅडम कडे दिल्यामुळे संबंधीत सर्व बिलावर चेक्सवर तिने अधिकृतपणे सह्या केल्या. या जबाबदारीपूर्वक चारुने सर्व कामासंबंधीची बारीक सारीक माहिती उपअभियंतांकडून वा इतर तज्ज्ञांकडून करुन घेतली होती. आणि अतिशय विचार करुन ती प्रत्येक महत्वाच्या कागदावर टिपणीवर सह्या करीत होती. आपण चांगल्या पध्दतीने काम करुन दाखवू असा शब्द तिने शृंगारापुरे सरांना शब्द दिला होता. काही चूका होण्यापुर्वी ती सरांची आठवण काढीत असे. अचानक एक दिवस असा आला की घरी बाबांची प्रकृती बरीच ढासळली आणि तज्ज्ञ डॉक्ट्ररांच्या सल्ल्यानुसार बायपास सर्जरी करण्याचा निर्णय घेण्यात आला. दोन महिन्यापुर्वीच आईच्या झालेल्या दु:खद निधनाने ती पार कोसळुन गेली होती. त्यामुळे आता कोणत्याही परिस्थितीत बाबांना गमवायचं नव्हतं. तिच्या जीवनात त्यांचाच आधार तिला होता. चारुचे बाबा एक महान व्यक्तीमत्व होतं. ते मोठे अणुसंशोधक होते. त्यांच्या कर्तृत्वाने भारत देश अणू शास्त्रात प्रगती पथावर पोहचला होता. त्यामुळे त्यांना खुप प्रसिध्दी, लोकप्रियता मिळाली होती. त्यांच्या वागण्याचा प्रभाव इतर सामान्य माणसाबद्दल असणारी कणव तसेच साधेपणामुळे भौतीक शास्त्रातला त्यांच्या अभ्यासूवृत्तीला जागतिक स्तरावर मान्यता मिळाली होती. ते आंतरराष्ट्रीय पुरस्काराने गौरविले होते. पण एक दिवस चारुचे बाबा खूप थकलेले दिसत होते. चारुने मग त्या दिवशी कोणतेही काम नको म्हणून बाबांजवळ बसून राहिली. अन् बाबांना म्हणाली चला आज आपण टी. व्ही. बघूया. असं म्हणून त्या दिवशी त्यांच्या टी.व्ही. च्या कार्यक्रमासंबंधात गप्पा सुरु झाल्या. पण बाबा तेव्हा ही फारसे बोलले नाही. मग ती उठली आणि डॉक्टरांना फोन केला. आणि दुसऱ्या दिवशी तिने बाबांना डॉक्टरांकडे घेऊन गेली. त्यावेळी बाबांच्या अंगात ताप जाणवत होता. डॉक्टरांनी तिला धीर दिला. आपण बाबांना ॲडमीट करु या म्हणजे सगळ्या तपासण्या करणे सोपे जाईल. चारुने

डॉक्टरांचे सांगणे ऐकले. फक्त तिच्यापुढे प्रश्न उभा राहिला होता तो वेळेचा. कारण कॉलेजमध्ये ती कॉलेजची ऑफीस प्रमुख या पदाचा कार्यभाग तिला बघायचा होता. ती प्रत्येक काम अगदी मनापासून करत होती. तिला कामामध्ये चाल-ढकल चालत नव्हती. विशेष म्हणजे या सगळ्या कामाच्या जोडीला तिला कॉलेजमधील इतर कामे सुध्दा करावी लागत असत. आपल्या बाबांचा वारसा तिला लाभल्यामुळे ती आपल्या सुमधूर आवाजात बोलु लागली की सर्वाची मने आकर्षित करीत असे. तिच्या या गुणामुळे कॉलेजमध्ये सादर केल्या जाणाऱ्या सांस्कृतिक कार्यक्रमाची संपुर्ण जबाबदारी तिच्यावर सोपविली जात असे.

शृंगारपुरे साहेब दीर्घ मुदतीच्या रजेवर जात असल्याचे टरल्यानंतर स्टाफातर्फे त्यांना शुभेच्छा देण्याचा समारंभात चारुने साहेबांच्या कार्याचा घेतलेला आढावा कित्येकांच्या भुवया उंचावणारा टरला. शृंगारपुरे सर सुध्दा स्तिमीत झाले होते. पण सामंत सराच्या कपाळावर ज्या आठ्या आल्या होत्या त्या बऱ्याच स्टाफच्या नजरेतून सुटल्या नव्हत्या. शृंगारपुरे साहेब रजेवर जात आहेत. त्यांच्या जाण्याच्या काळात प्रभारी प्राचार्य म्हणून सावंत सरांकडे त्यांचा कार्यभाग सोपवला जाणार होता. पण त्यांच कुणीही अभिनंदन केल नव्हतं. किंवा त्यांना शुभेच्छा दिल्या नव्हत्या. समारंभ संपल्यानंतर शृंगारपुरे सर सगळ्याशी बोलत चर्चा करत चारुजवळ आले व म्हणाले, मॅडम मला ही न झालेली माझी ओळख आता तुम्ही करुन दिलीत. आपण माझ्याबद्दल जे बोललात ते अतिशयोक्ती झाली असं तुम्हाला वाटत नाही. जर एखाद्याला जास्त गुण दिले की सार खोटं वाटत. इथे पुढे आपण काळजी घ्यावी. भावनायुक्त विचार सभेपुढे कधी मांडू नये. त्यांच्या या बोलण्याकडे लक्ष देत चारु मान वर करुन पाहू लागली तर सर कधीच पुढे निघून गेले होते.

चारु घरी आली पण तिच्या मनात घालमेल सुरु झाली. सरांचे शब्द अजुन मनात घुमत होते. आपण बाबांबद्दल ते पुस्तक लिहणार आहोत त्या बाबतीत सुध्दा आपणास विचार करावयास हवा. शृंगारपुरे सर रजेवर म्हणजे आपल्या मुळगावी निघून गेले. चारुचे कॉलेज नेहमीप्रमाणे सुरु होते. वर्गाच्या बांधकामाची सुरुवात अध्यक्षांच्या हस्ते भूमीपुजनाचा छोटेखानी समारंभ करुन झाली. सुरुवातीला चारु मात्र आठवड्यातून एकदा ती बांधकाम होणाऱ्या जागी जाऊन समक्ष पाहणी करुन येत असे कारण काही दिवसापुर्वीच पाया खणून झाला होता. तिच्या बाबांचे मित्र श्रीयुत कुलकर्णी नावाजलेले प्रसिध्द बिल्डर होते. चारुनं त्यांच्याकडून सर्व प्लॅन समजावून घेतला होता. आपल्याला येणाऱ्या शंकाचं निरसन ती कुलकर्णी कांकाकडून घेत होती. उपप्राचार्य सावंत सरांची मात्र खूपच धावपळ होत होती. त्यांना दोन शिफ्टमध्ये काम करावे लागे. ते रोज एकदा तरी स्वतः जातीने बांधकामावर लक्ष देऊन असत. त्यांना कितीही मानसिक, शारिरीक त्रास ते सहन करीत शृंगारपुरे सरांनी त्यांच्यावर टाकलेली जबाबदारी ते पुर्ण करत होते. टी. एस. के कंपनीचे सर्व सेवा मोहन कुशल हे ही चारुच्या बाबांचे मित्रच होते. परंतु पहिल्या समारंभास ते हजर होते. पण नंतर मात्र तिला ते दिसले नव्हते. बहुतेक ते दुसऱ्या कुठल्यातरी साईटवर काम करीत असावे. खरं तर कॉलेज मधलं हे बांधकाम अगदी सिंपल होतं. दोन वर्ग रुम आणि एक प्रयोगशाळा एकूण तीन खोल्या. त्यात नाविन्य अस काहीच नव्हतं. त्याची रचनाही जुन्या खोल्यासारखीच होती. फारसं काही वेगळ्या पध्दतीचं काम नव्हतं. त्यातून हे काम टी. एस. के. कंपनीकडे असल्यामुळे त्यांना तर एकदम क्षुल्लक होतं. पण तसं प्रत्यक्षात झाल नाही. दोन वर्ग एका बाजुला आणि एक प्रयोग शाळा त्या वर्गाला जोडून बांधावयाची होती. बांधकाम सुरु होतेच. स्लॅबची वेळ आली मात्र चारुची रोज दिवसातून एकदा तरी चक्कर असे.

आपले कॉलेज मधलं काम संपलं की मग काहीवेळ बांधकाम कामाच्या दिशेने ती आपला मोर्चा वळवित असे.

चारुचे बाबा हॉस्पीटलमध्ये होते. त्यांना पण तिला भेटावयास जावे लागे. त्यांचा ताप उतरला होता. पण तपासण्याचे इतर रीपोर्ट मात्र फारसे समाधानकारक नव्हते. त्यामुळे औषोधोपचार सुरु होता. अन् एके दिवशी एक महत्वाची तपासणी करणे गरजेचे होते. म्हणून चारुने रजाच काढली. बांधकाम चालूच होते. स्लॅबवर मजूर दररोज पाणी टाकण्याचे काम करीत त्यामुळे त्यांच्यावर देखरेखीची मुळीच आवश्यकता नव्हती. ती बाबांना हॉस्पीटलमधून घरी घेऊन आली. तेवढ्यात फोन वाजला रात्रीचे नऊ वाजले होते. कॉलेजमधला वॉचमन बोलत होता. मॅडम लवकर कॉलेजमध्ये या. आपल्या प्रयोग शाळेवरचा स्लॅब कोसळत आहे. सुदैवाने कोणालाच दुखापत झालेली नाही. तुम्ही येता का ? सावंत सर नुकतेच आले आहेत. ते खूपच गरम झाले आहेत. चारु काही क्षणातच कॉलेजमध्ये पोहचली. टी. एस. के. कंपनीला फोनाफोनी सुरु झाली. सुपरवायझर तिथे स्वत : उपस्थित होता. बऱ्यात मुद्यावर चर्चा झाल्यावर ती घरी परतली. त्यावेळी रात्रीचे दोन वाजले होते. बाबांना शांत झोप लागली होती. ती मनाशी विचार करीत होती. शृंगारपुरे सरांना याबाबतचा अहवाल द्यावा का ? त्यांना सगळं कळवायला पण नको उगाच त्यांना मानसिक क्लेश. खरं म्हणजे विचारांच्या गर्दीत ती रात्रभर झोपलीच नाही.

एक हादसा झाल्यानंतर मात्र कसलीही तक्रार आली नाही. पण स्लॅबचा खर्च मात्र दुप्पट वाढला. ती साऱ्या बाबी स्वत : जातीने हाताळत होती. चेक्सवर सावधगिरीने सह्या करीत होती. शिवाय बाबांच्या मित्राची कन्स्ट्रक्शन कंपनी विश्वासाने अहवालावर सह्या करीत होती. अन् त्याच रात्री बाबांची तब्येत बिघडली. आणि आता बाबांची बायपास सर्जरी करावी. डॉक्टरांनी अखेरचा दिलेला सल्ला चारुला पटला. त्याप्रमाणे ऑपरेशनसाठी एक दिवस निश्चित करण्यात आला. आता मात्र चारुला अधिक दिवस रजेची गरज भासणार होती. मग चारुने सामंत सरांना आपल्याला रजा का हवी ते सांगितले आणि विनंती केली. सावंत सरांनी तिला लगेच परवानगी दिली आणि तिची रजा ही मंजुर केली. तरीपण आपली जबाबदारी म्हणून ती अध्यक्षाच्या कार्यालयात जाऊन त्यांना भेटून आली. त्यांनी पण चारुचे रजेच कारण लक्षात घेऊन तिच्या रजेला संमती दिली. बाबांना हॉस्पीटलमध्ये ॲडमीट केलं होत. सकाळी सात वाजता ऑपरेशन सुरु झालं. चारु आणि तिच्या दोन मैत्रिणी ऑपरेशन थिएटर बाहेर काळजीत बसून होत्या. मनात देवाचे नामस्मरण सुरु होते. एवढ्यात डॉक्टर बाहेर आले. त्यांनी चारुला ऑपरेशन यशस्वी झाल्याचे सांगितले. पण प्रकृतीस थोडा आराम मिळावा म्हणून त्यांना हॉस्पीटलमध्ये ठेवणं गरजेचे आहे. यावर चारु जरा चिंताग्रस्त झाली. कारण तिला रजा वाढविणे अत्यावश्यक होतं. या विचारात असताना कॉलेजचा शिपाई घाईघाईत हॉस्पीटलमध्ये आला व म्हणाला मॅडम सामंत सरांनी पाटवलय. या दोन चेक्सवर तुमच्या सह्या हव्यात. आधीच बाबांच्या टेन्शनमध्ये आहोत. त्यात ही घाई तिने शिपायाला सांगितले. सध्या मी सह्या करीत नाही. कॉलेजमध्ये येईन त्यावेळी सह्या आवश्य करीन. परंतु शिपाई मुळीच ऐकेना मॅडम बांधकाम अडलय. पुरेसा पैसा न दिल्यामुळे मजूर अडून बसलेत. त्यामुळे आम्ही आलोय. सामंत सरांनी सांगितले आहे की चेकवर सह्या केल्याशिवाय येऊ नका. शेवटी चारुने सह्या केल्या. आणि यावर सामंत सरांच्याही सह्या घ्या. हो-हो म्हणत शिपाई बाहेर पडला. चारु सध्या बाबांच्या देखरेखीसाठी स्वत : घरीच होती. शिवाय त्यांच्या इतर औषधपाण्यासाठी नर्सची नेमणूक केली आणि मग निश्चित मनाने ती कॉलेजमध्ये हजर झाली. कॉलेजमधील ऑफीस

काम आटपून नविन बांधकाम पाहण्याकडे तिने आपला मोर्चा वळविला. कामातील प्रोग्रेस बघून तिला समाधान वाटले. झकास, हवेशीर टुमदार क्लासरुम बघून तिला बरं वाटलं. ओल्या सिमेंटचा वास घेऊन ती क्लासरुम मधून बाहेर पडली आणि घराचा रस्ता धरला. घरी आल्या आल्या तिने बाबांना रुमच्या झालेल्या बांधकामाचे इथभूत वर्णन केलं दुपारच जेवण करुन आपला लॅपटॉप सुरु केला. शृंगारपुरे सरांना कामासंबंधीचा मेल केला आणि आग्रहाने आपल्या गावाकडील फोटो पाठवायची विनंती वजा दम पण दिला होता. आणि शृंगारपुरे सरांनी तिच्या आग्रहाच्या विनंतीला मान देऊन फोटो पाठविले होते. कधी नव्हे सरांच्या चेहऱ्यावर हसू दिसत होते. आत्मीक समाधान मिळाले होते. आपल्या लॅपटॉपमध्ये आलेला फोटो पाहून चारुला हसू फुटले. तिच्या मनात सरांबद्दल अभिमान वाटू लागला. आपण सराचं केलेलं गुणदर्शन इतकं काही अतिशयोक्तीचं नव्हतं.

दुसरा दिवस कामातच गेला. रात्री दिवसभराच्या समाधानपुर्वक झालेल्या कामामुळे तिला झोप यायला हवी होती. परंतु सारं उलटच झालं. रात्री तिला झोप येईना. तिनं लॅपटॉप सुरु केला. सरांना उत्तर द्यायला हवं होतं. परंतु आपण लिहीणार काय ? परत त्यांना अति कौतुक वाटायचं. मग तिनं बाबांच्या ऑपरेशनबद्दल कळवलं. आणि शेवटी सरांना शुभेच्छा देत लॅपटॉप बंद केला. घड्याळाचा काटा पहाटेच्या पाचच्या दिशेने धावत होता. तेव्हा एक मोटी जांभई देत अंथरुणावर डोळे मिटून पडून राहिली. रविवार असल्यामुळे कामाची घाई गडबड नव्हती. आरामात उटायचं टरवून ती झोपेची आराधना करु लागली. नवीन वर्षाची सुरुवात चांगले रंगरंगोटी केलेल्या क्लासरुममध्ये व्हावी म्हणून स्टाफरुन मध्ये चर्चा सुरु झाली. नवीन वर्गांना रंगरंगोटी झाली. दिलेल्या मुदतीपेक्षा एक आटवडा आधीच काम पूर्ण झालं. शृंगारपुरे सर मात्र टरलेल्या रजेपेक्षा अधिक पंधरा दिवस रजा वाढवून येणार होते. त्यांच्या कौटुंबिक अडचणीमुळे सरांनी रजा वाढविली होती. सरांबद्दल सर्वांना आदर होता. त्यामुळे स्थानिक पातळीवरील निम शासकीय संस्थांमधून त्यांच्या व्याख्यानाची आमंत्रण त्यांना मिळाली होती. त्यामुळे आमच्या संस्थेस प्रसिध्दी मिळत होती.

नविन वर्गाच्या उद्‌घाटनाचा दिवस उजाडला. शृंगारपुरे सर आदल्याच दिवशी कामावर हजर झाले होते. त्यांनी वर्गाचे निरीक्षण केले आणि समाधान व्यक्त केले. एकंदरीत सगळं नियोजनाप्रमाणे घडलं होतं. फक्त स्लॅब कोसळला नसता तर बाकी काम सुरळीत झाल होतं. सरांनी चारुवर कुठे ही नाराजी व्यक्त केली नव्हती. उलट फारच कौतुक केलं होतं. यापुढे हे ते आपल्या सर्व स्टॉफ शी अतिशय सौजन्याने वागणार होते. चारुने बाबांची केलेल्या सेवेमुळे बाबांची प्रकृती सुधारत होती. एक दिवस सकाळीच शृंगारपुरे सरांचा फोन आला आणि सरांनी चारुला बोलावून घेतलं. नेहमीचा शांत आणि मधूर शब्दांनी तिला समोरच्या खुर्चीत बसायला सांगितलं बाबांच्या प्रकृतीची चौकशी केली, अवांतर गप्पा झाल्या व मग शांत आवाजात म्हणाले मॅडम एक छोटा पण गंभीर घोटाळा झाला. आपल्या कार्यालयीन लेखापालाने मला तो आणून दाखविला. चारुच्या हृदयाची धडधड वाढू लागली. सर काय झालय आपल्या धीर गंभीर आवाजात तिने विचारले. घाबरु नका मिस चारु पण झालय असं की बिलाच्या रक्कमेत खूप तफावत दिसते आहे. आणि आपण मंजूर केलेल्या निविदेपेक्षा बांधकामाचा खर्च लाखांनी वाढलेला आढळला आहे. मला आश्चर्य वाटलं. सर सर कसं शक्य आहे हे ? मी सगळं काळजीपूर्वक तपासून चेक्सवर सह्या केल्या आहेत.

पण मॅडम आपल्या लेखापालाने पूर्ण तपासणी करुनच मी तुम्हाला एवढ्या सकाळी अर्जंटली पाठवलं. परंतु याचा अर्थ तुम्ही दोषी आहात असं मुळीच समजु नका. शिवाय मी सामंत

सरांनाही बोलवणं पाठवले आहे. पण त्या आधी तुम्हाला विचारावं म्हणून मी तुमच्याकडे सूतोवाच केलें. तुमच्याबद्दल मला पूर्ण खात्री आहे. विश्वास आहे. माझ्याकडे आलेल्या कागदावरच्या रक्कम अतिशय भिन्न दिसतात ना! त्यामुळे मनात शंका राहू नये म्हणून चौकशी करायला हवी. मला सांगा एकदम शांत राहा, मन चलबिचल होऊ देऊ नका. मला एक सांगा वेगळं काही कारण आहे का? आठवण करुन सांगा स्लॅब कोसळला त्याची चौकशी सुरु आहे. त्याचा खर्च पण संस्थेने उचलला आहे. या व्यतिरीक्त दुसरं काही घडल का? चारुच्या डोळ्यातून घळाघळा पाणी वाहू लागले. मॅडम शांत व्हा. परत एकदा आठवून बघा. हो सर एकदा अस घडलं बाबा हॉस्पीटलमध्ये ॲडमीट होते. आणि त्याच दिवशी ऑफीसचा शिपाई घाईघाईत आला आणि त्याने माझ्या दोन चेक्सवर सह्या घेतल्या. मी त्याला बजावल पण की की ह्या चेकवर सामंत सरांच्या पण सह्या घे. म्हणून नेमंक त्यावेळी बाबाचं ऑपरेशन सुरु झाल होतं. त्या कारणास्तव मी हॉस्पीटल सोडून जाऊ शकत नव्हते.

चारु मॅडमच बोलणं कानी ऐकताच सामंत सर आत प्रवेश करत म्हणाले, बाबांच्या ऑपरेशनचा खर्च खूप झाला म्हणे. चारुने आपले पाणावलेले डोळे चटकन पुसले आणि बाहेर जाण्याची परवानगी मागितली. शृंगारपुरे सरांना सावंत सरांच्या बडवड मध्येच ऐकून घ्यावी लागली. त्याशिवाय पर्याय उरला नव्हता. मी काय म्हणत होतो. चारु मॅडमच्या बावांच्या ऑपरेशनचा खर्च एवढा वाढला पण तो त्यांनी असा बांधकामाच्या पैशातून करायला नको होता. असे मला वाटते. अहो त्या दिवशी त्यांनी चक्क हॉस्पीटलमध्ये चेकबुक मागवून घेतलं. सामंत सरांच्या बकाल बोलण्यामुळे शृंगारपुरे सर ताट बसले व म्हणाले, सावंत सर परत एकदा सांगा तुम्ही काय म्हणालेत. नाही मी असं म्हणत होतो. त्यांच्या बावांच्या ऑपरेशनला पैसे लागत होते तर चेकबुक मागविण्यापेक्षा मला सांगितले असते तर मी आनंदाने दिले असते. पण चेकवर फेराफेर करणं त्यांना शोभत नाही. सर मी म्हणतो, दुसरे बरेच मार्ग होते. त्यांच्यापाशी परंतु अशी पैश्याची अफरातफर करणे बरे नाही. अक्षम्य गुन्हा घडला त्यांच्या हातून नाही का? सारं काही उघड्या डोळ्यांनी बघाव लागतं आपल्याला यावर शृंगारपुरे सरांनी त्यांचं म्हणणं शांतपणे ऐकून घेतलं व त्यांनी एकाच शब्दात सामंत सरांना सुनावले, हे बघा सर मी माणसांचा चेहरा ओळखतो. त्यांच्या हावभावावरुन मला सारं समजत तरी पण पाहू या काय होतं ते. सगळीकडे चर्चा सुरु झाली. चारु मॅडमने चेकमध्ये फेरफार केलेत अशी बातमी वाऱ्यासारखी पसरविली गेली.

अखेर संस्थेच्या ट्रस्टीकडून दोन सदस्याची समितीची स्थापन झाली आणि आज समितीपुढे तिघेजण बसले होते. प्रश्नोत्तरे चालु झाली. प्रसंगी प्रथम एकेकाला बोलावुन तर काही वेळा दोघांना बोलावून फेर तपासणी सुरु झाली. चर्चेचा जोर वाढत गेला. अखेर दहाला चालु झालेली चौकशी रात्री आठ वाजता संपली. समिती आपला अहवाल दोन आठवड्यात सादर करणार होती. माणसाचे ग्रह फिरले की सर्वच वातावरण कलुषीत होतं. चारुच्या बावतीत तेच घडले. त्या पंधरा दिवसात चारुची अवस्था बघवत नव्हती. मात्र कोणाचाही गैरसमज होऊ नये म्हणून तिने रजा घेतली नव्हती. आपण काहीही चुकीचं केलेलं नसतांना आपल्यावर आलेल्या विनाकारण दोषारोपामुळे कदाचित आपल्या निलंबनाची कारवाई करतील. परंतु त्याआधी विद्यार्थ्यांच नुकसान नको म्हणून ती वर्गात हजेरी लावत होती. मन लावून शिकवीत होती. तिने मधल्या सुट्टीमध्ये शृंगारपुरे सरांना विनंती केली की माझा अंतीम निकाला लागेपर्यंत नवीन वर्गामध्ये मी जाणार नाही. तेव्हा माझे सर्व वर्ग जुन्या इमारतीतच ठेवावे म्हणजे बरे. नंतरच्या काळात तिने स्वत:वर काही बंधन घालून

घेतली. शृंगारपुरे सरांचे कॉलसुध्दा तिने स्विकारले नाहीत. घरीपण तिचं वागणं जरा निरुत्साही होतं. घरी बाबांशी ती कधी मन मोकळं बोलत नसे. कधी आपल्या रुममध्ये जाऊन मोकळेपणानं रडून घेत होती. आपल्या दु:खाचा भार ती दुसऱ्या कोणावर येऊ नये याची काळजी घेत होती. एके दिवशी शृंगारपुरे सर तिच्या घरी जाऊन बाबांची चौकशी करुन आले. त्याच दिवशी रात्री मिसेस सामंत वहिनी तिच्या घरी धावपळीत आल्या. चारुने त्यांना घरात घेतलं. बाईंनी चेहऱ्यावर कोणताही हावभाव न दर्शविता आपल्या पर्समधून काही पेपर काढले हे नीट वाचा आणि काळजीपूर्वक जपून ठेवा. असं म्हणत त्या ताबडतोब घराबाहेर पडल्या. चारुने काही म्हणायच्या आत त्या जिन्याच्या पायऱ्या उतरु लागल्या. मोठ्या विनंतीने चारुने त्यांना थांबविले व विचारले कसले पेपर आहेत हे ? तुम्ही वाचा मॅडम, तुम्हाला याचा उलगडा होईल. अन् त्यांच्यामार्फत मी तुमची माफी मागते. त्यांना क्षमा करा. तुम्ही ज्या चेक्सवर सह्या केलेल्या छायांकीत प्रती आहेत. व त्यानंतर त्यांनी चेकवर जे बदल केलेत त्यांच्याही छायांकित प्रती आहेत. या प्रती कुठे होत्या, कश्या केल्यात ते मात्र मला विचारु नका.

आजवर यांनी जे महिलांसोबत प्रताप केलेत ते तुमच्या कानी आले असतील. तुमच्या बाबतीतसुध्दा सावंत हेच तंत्र अवलंबिवणार होते. मी त्या आधीच तुम्हाला सावध करायला आले. तुम्ही त्यांच्या जाळ्यात अडकू नये म्हणून मी हा पवित्रा घेतला. तुमच्या सारख्या थोर सशोधकाच्या बुध्दीवान, नीतीमान मुलीचे अब्रुचे धिडवडे उडू नये, बदनामी होऊ नये, आपली नाचक्की होऊ नये. मला हे सहन झालं नाही म्हणून मी धाडस करुन हे सर्व द्यायला आले आहे. खरं म्हणजे सावंत वहिनींना बोलतांना दम लागला होता. त्यांच्या आवाज कंप पावत होता. चारुने त्यांना आत घरात घेतलं. त्यांना पाणी दिलं त्या जे सांगत होत्या ते ऐकून चारुला एकदम भरल्यासारखं झालं. ती चक्रावून गेली. आपण हे काय ऐकतोय तिच्या डोळ्यासमोर काही प्रसंग दिसू लागले. चारु मॅडम तुम्हाला सांगते. चौकशी समितीमध्ये जे अविनाश तिरंगे आहेत त्यांच्या मदतीने यांनी हे सगळं कृत्य केलंय. याची एक प्रत मी आधीच चौकशी समितीच्या तीन सदस्यांना व संस्थेच्या अध्यक्षांना पाठविली आहे. त्यामुळे शंभर टक्के निकाल तुमच्या बाजुने लागेल अशी मल खात्री वाटते. त्यामुळे तुम्हालाच काय मला सुध्दा आणि सर्व स्टाफ मेंबर्सला आनंद होणार आहे. पण काय सांगू तो आनंद ह्यांच्या समोर मी व्यक्त करु शकत नाही. खरं म्हणजे त्या रात्रीच चेकवरती अंक बदलताना मी स्वत: पाहिले आणि मॅडम शाळेत जो स्लॅब कोसळण्याचा अपघात झाला यांच्या आणि टेकेदाराच्या संगनमतानीच झाला आणि ते दोघंच त्याला कारणीभूत आहेत.

सावंत वहिनी एकदम मोठ्याने रडायला लागल्या. चारुन त्यांना जवळ घेतलं. व म्हणाली बाई केवढं मोटं धाडस केलंत हे. काय करु मी सारं काही तुमच्यासाटी, माझं आयुष्य वाचवलत तुम्ही. केवढा मोटा धोका पत्करुन. आता तुम्हाला मात्र काय सोसावं लागेल याची कल्पनाच करवत नाही. असं म्हणून चारुच्या डोळ्यातून अश्रू गळू लागले. चारु मॅडम मी उद्या कदाचित पुण्याला माझ्या मावस भावाकडे जाणार आहे. आणि माझ्या नवऱ्याला म्हणजे मिस्टर सावंतांना वकिलामार्फत घटस्फोटाची कागदपत्र पाठवणार आहे. आता यापुढे त्यांच्या पाप कर्मात मी वाटेकरु होऊ इच्छित नाही. आणि पुण्याला माझ्या भावाने मला नोकरी पण शोधून टेवली आहे. एका मुलींच्या वसतीगृहाची व्यवस्थापिका म्हणून. आणि मला मनापासून नोकरीची आवड आहे. आणि ती नोकरी मी करणार आहे. चारुला त्यांच्या निर्णयाच अतिशय कौतुक वाटलं अन् तिच्या तोंडून शब्द बाहेर पडले. आज खरोखर मला तुम्ही माझ्या आईसारख्याच वाटलात. चारु आता मी जास्त वेळ

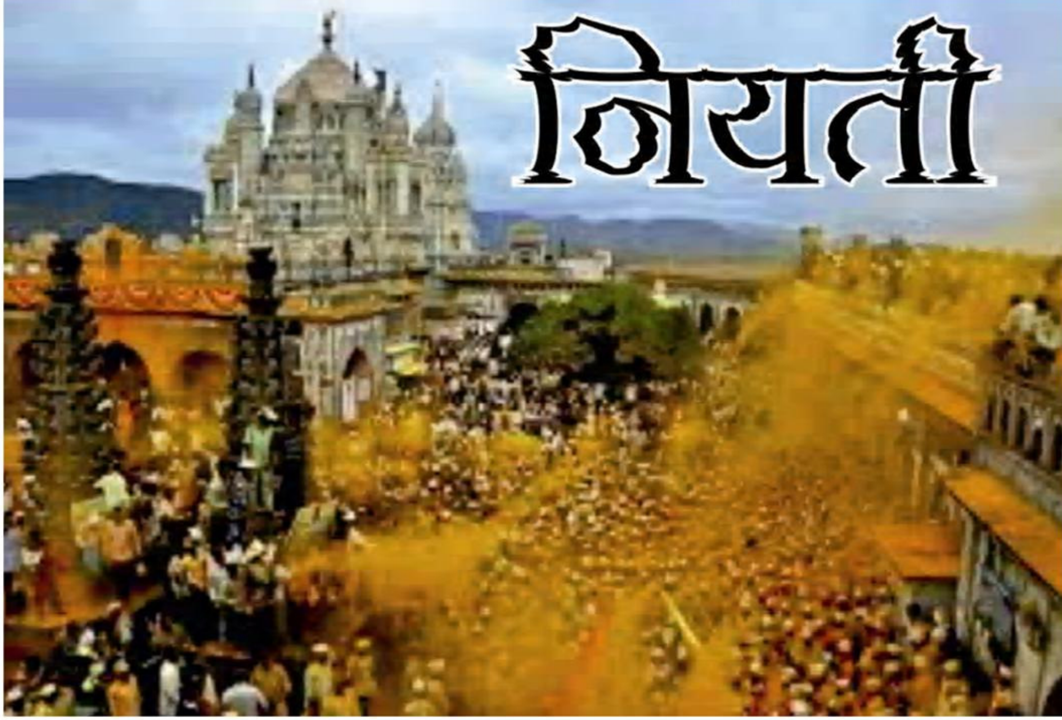
थांबत नाही. जमलं तर परत भेटू पण आज तू मला आई म्हणालीस तुझ्या या दोन शब्दांनी आजपर्यंत माझ्यावर असलेल्या वांझपणाच दु:ख मी आता कायम विसरु शकेल. मला खूपच आनंद झाला.

दुसरा दिवस उजाडला. त्यादिवशी दुपारी चार वाजता चौकशी समितीची मिटींग सुरु झाली. अपेक्षेप्रमाणे सारं घडलं. सचिवांनी चौकशी अहवाल वाचून दाखविला. सावंत सरांनी चारु मॅडमने सह्या केलेल्या चेकवरील रक्कमेतले फेरफार उघडकीस आणले. ठेकेदाराच्या मदतीने स्लॅबच्या कामासाठी कमी दर्जाचा माल वापरुन जास्त पैसे लावले असे उघड झाले. ठेकेदाराचा जबाब सामंत सरांच्या विरुध्द दिला गेला. त्याने आपला गुन्हा कबुल केला त्यांच्यावर फौजदारी गुन्हा दाखल झाला. यावर चारुला खूपच आनंद झाला. तिला निर्दोष मुक्त झाल्याचं लेखीपत्र तिला देण्यात आलं. त्यामुळे ती अधिकच झळाळून उठली. सगळी कडून तिच्यावर अभिनंदनाचा वर्षाव झाला. खरं ध्यानीमनी नसताना होणारे अभिनंदन तिला पेलवेना. मात्र ती अजुन मुख्य सरांना भेटली नव्हती. निकालाच्या दिवशी ती अर्ध्या दिवसाची रजा टाकून सरळ घरी आली होती. निकाल वाचतांना तिच्या बाबांना आनंद झाला होताच. खरं म्हणजे त्यांना आत्मीक शांती मिळाली होती. खूप दिवसांनी ते बाहेरच्या हॉलमध्ये खुर्चीवर बसून येणाऱ्या माणसांना पेढे वाटत होते. चारुला न विचारता त्यांनी पेढे आणून घेतले होते. खरं म्हणजे चारुला असला आनंद व्यक्त करण्याची पध्दत आवडत नव्हती. परंतु बाबांच्या मनाविरुध्द होऊ नये म्हणून ती काही बोलली नाही. चारु आपल्या खोलीत जाऊन बसली होती.

चारुला तिच्या खोलीकडे जाताना बाबांनी पाहिले तसे ते काहीसा विचार करुन खुर्चीतून उठणार तेवढ्यात त्यांच्यापुढे उजवा हात आला. त्यांनी त्या हाताकडे आणि लगेच दृष्टीवर करुन चेहऱ्याकडे पाहिले आणि ते एकदम काहीसे बोलणार तेवढ्यात त्या व्यक्तीनं काही बोलू नका. चारु कुठे आहे? चारु तिच्या खोलीत असल्याचा इशारा करुन ते खुर्चीत बसले. आईच्या फोटोपुढे डोळे मिटून नतमस्तक झालेल्या चारुला काहीतरी आवाज झाल्याचं जाणवलं आणि तिने डोळे उघडले. तो शृंगारपुरे सर आत येतच होते. सर एकदम दूर जाऊन उभे राहिले. अत्यंत आश्चर्यचकीत झालेल्या चारुने त्यांच्याकडे पाहिले आणि आपण काय करतोय याचं भानही न राहून अलगद ती त्यांच्या मिठीत स्थिरावली. तिच्या डोळ्यातून आनंदाश्रू बाहेर पडले. हे कार्यालय नाही ना सर मग त्यामुळे माझ्या भावना व्यक्त करायला हरकत नाही ना!

तुझ्या भावना मला समजल्या अन् मिळाल्याही पण इतक्या उशिरा. त्यातून तू अशा दिव्यत्वाची परीक्षा देऊन पास झालीस. खरं म्हणजे पाच वर्षापुर्वीच मला तुझ्या चारीत्र्याविषयी कोणतीही शंका नव्हती. तुझी पहिल्यांदा भेट झाली तेव्हाच माझी खात्री पटली होती. पेढा घेऊन गेलेले शृंगारपुरे सर इतका वेळ बाहेर का येत नाहीत. काय झालं म्हणून चारुच्या खोलीत डोकावण्यासाठी आलेले बाबा समोरच्या दृष्यानं एकदम स्तिमीत होऊन गेले. आणि आयुष्यभर आपण वर संशोधन करत आलो पण अचानक संशोधन न करताच मिळालेले फलीत पाहून त्यांना समाधान मिळाले. आणि टाळ्या वाजवून त्यांनी आनंद व्यक्त केला. कळत नकळत चारुलाही एकदम लाजल्यासारखं झालं. आज ती एक नाहीतर दोन परीक्षेत मेरीट मध्ये आली होती.

●



- **मुकुन्द कामत** बदलापूर.

आभाळ ढगांनी भरुन आले होते. पाऊस आता केव्हाही कोसळेल असंच वातावरण होते. आणि सखुबाईना दिवस भरल्यासारखे वाटायला लागले. झिरप्याने लगेच बैल गाडीला जुंपले आणि कारभारणीला बैलगाडीत बसवून सासवडच्या सरकारी हॉस्पीटलची वाट धरली. बैलगाडी सावकाश हाकताना तो बैलांना इशारा देत होता. "आर ढवळ्या पवळ्या, जरा बिगीबिगी चला, पण एकदम जपुन घ्या रे एकदा डागदरकडे गेलो की काही धास्ती नाही रे बावांनु" आणि ती मुकी जनावरही समजल्यासारखे गाडी अलगद नेत होते.

तासाभरात हॉस्पीटलला पोचल्यावर झिरप्याने डॉक्टरकडे एकसारखी विनवणी केली की कारभारणीला लवकर तपासून घ्या. डॉक्टरांनीही झिरप्याला आश्वासन दिले, अरे झिरप्या तू अजिबात काळजी करु नको. तु थोडी विश्रांती घे, तोपर्यंत सर्व काही व्यवस्थित होईल. थोड्यावेळाने सखुबाई बाळंत होऊन मुलगा झाल्यावर झिरप्याने तेथूनच जेजुरीच्या खंडोबाला मनोमन प्रार्थना केली. देवा खंडोबा, बारसं झाल्यावर लेकाला तुझ्या दर्शनाला घेऊन येतोच.

हा हा म्हणता एक महिना झाला आणि बारस्यासाठी झिरप्याने त्याच्या मोठ्या वहिणीबरोबर टरवले की त्याच्या दिवंगत काकांचे दगडूकाकांचे नाव मुलाला ठेवायचे. पण सखुबाईना ते कळताच त्या खटू झाल्या आणि रागाने झिरप्याला म्हणाल्या, म्या लेकाला शिकवून मोट्ठ करणार, मग कशापायी त्याच नाव दगडू ठेवायचं? म्या त्याचं नाव किसन ठेवणार. झिरप्याला त्याच्या काकांनी लहानाचं मोटं केल्यामुळे त्याच काकावर खूप प्रेम होतं. मग त्याने कारभारणीला समजावून सांगितले, "अगं नाव दगडू ठेव, हाक मारायला किसन म्हण की तु" झिरप्याच्या हट्टापुढे सखुबाईचही काही चालल नाही. आणि तीने हा तोडगा कबुल केला. बारसं झाल्यावर दुसऱ्या दिवशी झिरप्याने दगडूला थाटात जेजुरीला खंडोबाच्या देवळात नेल आणि सखुबाईनं देवाकडे नवस केला. "बा खंडोबा माझ्या किसनला चांगला शिकू दे, शाळा पास झाला की तुझ्याकडे येऊन नवस फेडीन".

बालपणाचे दिवस मोठ्या मजेत जात होते. किसनच्या खोड्यांचे सखुबाईना कौतुक वाटे. झिरप्यापण रात्रीच दुकान बंद करुन आल्यावर किसनची मिटी पडली की सर्व शीण

निघून जात असे. चार वर्षाचा झाल्यावर गावातल्या शाळेत त्याला घातले. आणि शाळेत दगडू झिरप्या माने असे नाव लावले. किसन जात्याच चलाख होता. शाळेत शिकलेली गाणी घरी येऊन आईला म्हणून दाखवायचा. आई बिचारी म्हणायची, मला काय तुझी बुकं कळतया. आता तुच मास्तर हो, मग म्यापण शिकते. हळूहळू किसन मोठा होत गेला आणि चौथी पास झाल्यावर झिरप्याने विचार केला आता त्याला आपल्याबरोबर दुकानात बसवावे. गावात चौथीनंतर शाळा नव्हती. आणि सासवडच्या शाळेत पोचवायचे म्हणजे एक तासाचा प्रवास होता. पण सखुबाईने झिरप्याकडे हट्ट धरला. बाइच माझं ऐका लेकरु चांगल शिकतय. त्याची सोय करा. मला कायपण दागिने नाय केल तर बिगडत नाय. पण तो मॅट्रिकपर्यंत शिकायला पाहिजे. कारभारणीच्या हट्टापुढे झिरप्याला कबुल करावच लागलं.

सासवडला झिरप्या रोज बैलगाडीने किसनला पोचवी आणि दुपारची शाळा सुटल्यावर परत घेऊन येई. शाळेचे हेडमास्तर कुलकर्णी सरांशी झिरप्याची हळूहळू ओळख झाली. पाचवीत दगडूचा नंबर पहिला आला आणि झिरप्याच्या आनंदाला पारावर राहीला नाही. त्याने गावातल्या सगळ्या मित्रांना पेढे वाटून त्यांचे तोंड गोड केले. लेकालापण नवीन कपडे शिवले. एक दिवस मात्र दगडू हिरमुसला होऊन घरी आला आणि रडतच आईला म्हणाला, "आये मला सगळे दोस्त दगडू नावावरुन चिडवतात आणि चेष्टा करुन म्हणतात, नाव दगडू आणि मोटा सरकारी नोकर होणार काय रे!" रात्री झिरप्या घरी आल्यावर सखुबाई त्याच्यावर खेकसल्या "धनी म्या सांगितल व्हत दगडू नाव वंगाळच हाय आता शाळेतल्या पोरांना तुमी दम भरा की" दुसऱ्या दिवशी झिरप्याने कुलकर्णी सरांना गळ घातली की शाळेत रेकॉर्डला त्याचे नाव किसन करा.

बघता-बघता सहा वर्षे निघून गेली मिसरुड फुटलेला किसन आता मॅट्रिकच्या वर्षाला होता. हुशार असल्यामुळे कुलकर्णी सरांची त्याच्यावर उमेद होती. मॅट्रिकच्या हुशार विद्यार्थ्यांची शिकवणी ते घरी घेत आणि झिरप्याच्या घरची गरीबी माहित असल्यामुळे त्याच्याकडून ते फी घेत नव्हते. सरांची मुलगी प्रभा किसनपेक्षा दोन वर्षांनी लहान होती. तिलाही किसनच्या हुशारीचे कौतुक होते. बऱ्याचदा झिरप्या आपल्या दुकानावरची भाजी सरांना आणून देई आणि सर पैसे द्यायला लागल्यावर त्यांना म्हणायचा, तुमच्याकडून पैसे घेतले तर खंडोबा रागवील की गरीबावर.

मॅट्रिक परीक्षेत पहिला नंबर आल्यावर किसनला सरांनी पुण्याला ॲडमिशन मिळवून दिली. कॉलेजची शिष्यवृत्ती किसनला मिळाली. स्वातंत्र्याची चले जाव चळवळ चालु झाली होती. पुण्यातील अनेक सभांमध्ये राजकीय पुढाऱ्यांची भाषणे किसनला ऐकायला मिळत. कुलकर्णी सरांची मुलगी प्रभा मॅट्रिक होऊन पुण्याला शिकायला आली होती. ती अध्येमध्ये किसनला भेटत असे. एकदा तीने बोलता-बोलता किसनवरील प्रेम व्यक्त केले. आश्चर्याने किसन तीला म्हणाला, अग असा वेडा विचार करु नकोस. सरांचा विश्वासघात केल्यासारखे होईल. पण प्रभा आपला हट्ट सोडत नसे. बी. ए. ची परीक्षा पास झाल्यावर नोकरी करुन किसनने एल. एल. बी. च्या टर्म्स भरल्या. एल. एल. बी. पास झाल्यावर त्याने वकिली चालू केली. प्रभाने घरी लग्नाविषयी विचारल्यावर तीच्या आईने प्रथम विरोध केला, पण कुलकर्णी सरांनी बायकोला समजावून सांगितले. आणि लग्नाला परवानगी दिली. किसनने पुण्याला बिऱ्हाड केले. सवर्ण आणि दलित समाजातील दरी खोल आहे याची किसनला कल्पना आली होती. आणि त्यामुळे तो कधीकधी तो विषण्ण होई. पण तो आणि प्रभा पुरोगामी असल्यामुळे दोघांचा संसार सुखात चालला होता. दोन वर्षानंतर त्यांना पुत्रप्राप्तीचा आनंद झाला. आई-वडिल वयस्कर झाल्यामुळे त्यांने दोघांना पुण्याला बोलावून घेतले.

किसनने काँग्रेस पक्षात प्रवेश घेऊन सक्रीय राजकारणाचे धडे घेतले. थोड्या वर्षांनी पुणे नगरपालिकेच्या निवडणुकीत किसन निवडून आला. आणि नगराध्यक्ष झाला. त्याच्या मनमिळावू स्वभावामुळे आणि तडफदार व्यक्तीमत्वामुळे तो लोकप्रिय झाला. काही वर्षानंतर राज्यातील निवडणुकीस उभे राहण्यासाठी पक्षाने त्याला तयार केले आणि निवडून आल्यावर त्याला मंत्रीपद मिळाले. पुढील निवडणुकीत इतर पक्षाने त्याला आपल्या पक्षात येण्याचा आग्रह धरला. पण किसनला फाटाफुटीचा राग आला होता. निवडणुकीच्या प्रचारात इतर पक्षाने त्याची बायको सवर्णातील असल्यामुळे कोणतीही कामे व्यवस्थित होत नसल्याने किसनविषयी अप्रचार केला. पैशाच्या जोरावर मतदारांना विकत घेऊन त्याचा पराभव केला. किसनला राजकारणाचा उबग आला आणि सक्रीय राजकारणातून निवृत्त होऊन समाजसेवा करण्याचा त्याने निर्णय घेतला. प्रभानेही त्याला सल्ला दिला. प्राक्तान जे असेल त्याप्रमाणे होईल. आपण सवर्ण आणि दलित भेद मानीत नाही हीच नियती आहे. ●



रे हिंद बांधवा थांब या स्थळी
अश्रु दोन ढाळी। ती पराक्रमाची
ज्योत मावळे। इथे झाशीवाली

प्रत्येक कार्यक्रमात, सणात आनंद व सुख दु:खाच्या प्रसंगात स्त्रियांना महत्व दिले जाते. म्हणजे स्त्रीमाहात्म्य आपल्या लक्षात येते. स्त्रित अनेक दैवी गुण असतात. त्यामुळे ती कोणत्याही परिस्थितीत प्रपंचाचा डोलारा सहजतेने सांभाळते. म्हणूनच ती घराची स्वामिनी असते. तिचे हे स्थान अबधित आहेच. यात दुमत असण्याचे कारणच नसावे. प्रपंच्याचा डोलारा सांभाळण्याचे सामर्थ्य स्त्रीत कसे येते तर देवतांनी आपल्यातील अंश गृहिणीकडे दिला आहे. सभ्य समाजाने लैंगिक स्वातंत्र्याला बंदिस्त करुन उत्तम संस्कृती विकसीत केली आहे. स्त्री ही पतीशी एक निष्ठच असते. समाजसेवक सानेगुरुजी त्यांच्या भारतीय संस्कृती या पुस्तकात असे लिहितात स्त्री ही कुणाचीही मालमत्ता समजली जाऊ नये. पती पत्नीत शुध्द प्रेमच असले पाहिजे. कारण तीला मन आणि हृदय असते. तिच्या स्वत:च्या भावना असतात. तीचा स्वाभीमान दुखवू नये.

● - **वैशाली विनायक चांदेकर** बदलापूर.

स्त्री शक्ती जगातील मोटी शक्ती आहे. तीच्या संपर्कात येणाऱ्या पुरुषांनी दैवी गुण प्राप्त करावेत. कारण दोघांच्या प्रेमातूनच सशक्त, सुदृढ, साहसी आणि बुध्दीवादी संतती निर्माण होते. आणि त्याचा फायदा भारत मातेच्या सेवेस सुदृढ, कार्यशील, सशक्त नागरिक मिळतात. कुटुंबाचे प्रेम पती-पत्नीच्या वागण्यावरच अवलंबुन असते. संसाराचे दोन्ही चाके बरोबरच हवीत. पती-पत्नीच्या संबंधातच आत्मसंयम आणि परोपकाराची भावना असावी.

आपल्या पुराणात शिव आणि शक्ती यांच्या मिलनाचे सुंदर वर्णन आपणास आढळतात. या कथेतून आत्मसंयम कसा असावा ते कळते. उदा शिव-पार्वती मिलनातून कार्तिकेयचा जन्म. कर्तिकेय मानव व देवांची दानवांच्या म्हणजे वाईट गोष्टींपासून सगळ्याचे रक्षण करतो. स्त्रीयांची अनेक रुपे आहेत. प्रथम ती वयात येण्याआधी कुमारिका असते. तीची पूजा कोकणस्थ बोंडण भरताना करतात. नर्मदा किनारी कुमारीका

पूजनास मान आहे. नवरात्रात कुमारीकांची पूजा करतात. पुढे विवाह झाल्यावर हिंदू धर्मात तीला खूप महत्व आहे. सवाष्ण स्त्रीची शुभकार्यात ओटी भरणे, तिला जेवायला बोलावणे, श्रावणी शुक्रवार, गौरीपूजन, उपनयन, सत्यनारायण देवकार्यात सवाष्णींचा मान असतो. धार्मिक विधीत तीला पुरुषाच्या उजव्या बाजूस धर्मपत्नी म्हणून मानाने बसवतात. स्त्रीला देवाने वेगळीच सात्विकता दिल्याने तिचा लाभ हिंदू धर्माने करुन घेतला आहे. नागपंचमी, मंगळागौर, हरितालिका इ. सणात स्त्रिया मुक्तकंटाने गाणी म्हणून आनंद व्यक्त करतात.

स्त्री प्रतिकुल परिस्थितीत घर सांभाळून मुलांवर चांगले संस्कार करुन नवऱ्याच्या पाठीमागे खंबीरपणे उभी राहते. बचतीचे महत्वही तिला असते. मुलांच्या शिक्षणाकडेही ती जातीने लक्ष घालते. स्त्रिया पुरुषांपेक्षा अधिक विवेकी असतात. तिला ज्ञान अल्प पण समजूतदारपणा अधिक असतो. तिचा कामाचा उरक, सुगरणपणा आणि प्रत्येक गोष्ट करुन बघण्याची हौस त्यामुळे तिचे घरच तिला विश्वासमान वाटते. तारतम्यपणात तीचा कोणी हात धरु शकणार नाही. हे सर्व विनबोभाट तक्रार न करण्याचे बाळकडू ती आईकडूनच घेऊन आली असते. स्त्रीचा मेंदू जवळच्या प्रश्नांकडे विचार करण्याचा असतो. पण पुरुषांचा मेंदू मोटा असून तो बाहेरच्या विश्वाचा विचार करतो.

स्त्रीला हाडामासाच्या माणसांचा लळा असतो. ती भावनिकतेत गुरफटते. स्त्रीच्या सहनशक्तीचा विचार केल्यास तिला अबला म्हणण्याचे धाडस कोणी करु नये. स्त्री प्रबलाच आहे. कारण आजारपण, बाळंतपण, मुलांसाठी, नवऱ्यासाठी, घरासाठी खस्ता खाऊन आधुनिक जीवनातले ताण-तणाव सहन करण्याची शक्ती फक्त स्त्रीतच असते. पुरुष आठ तास बाहेर राहून अर्थाजन करुन आणतो. पण २४ तास घरात कष्ट करणाऱ्या स्त्रीचे मूल्यमापण कसे करणार ? स्त्री ही अष्टावधानी असते. म्हणजे एकाच वेळी अनेक गोष्टीवर ,आघाड्यावर ती लढत असते. काळाच्या बदललेल्या पध्दती एकत्र कुटुंब पध्दतीला तडा जाऊन विभक्त कुटुंब पध्दत आली. त्यात "हम दो हमारे दो" यातून मोठ्यांचा आधार, प्रेम याला नवीन पिढी वंचित राहिली. अर्थाजनासाठी पुरुषाबरोबर स्त्रिला बाहेर पडावे लागले. तारेवरची कसरत. त्यात लहान मुलांचे हाल व तेही प्रेमापासून वंचित राहतात.

स्त्री हे सर्व कशाच्या आधारे करते तर तीच्याजवळ दया, क्षमा, शांती, सहनशिलता, प्रेम, भक्ती एकजुट टासून भरलेली असते. स्त्री या शब्दात स, त, र तीन अक्षरे काय सूचवतात. स अक्षर सत्वगुण, क्षमा, दया, आज्ञापालन. तसेच त अक्षर तमोगुणाचे पाप, भिती, दयाळुपणा, लाजाळुपणा आणि र अक्षर रजोगुण, धैर्य, स्वातंत्र्य, तारतम्यपणा म्हणून स्त्री सामर्थ्यवान असते. संयम हा स्त्रीचा मौल्यवान दागिना आहे. म्हणूनच ती कोणताही निर्णय विवेकाने व तारतम्यभावाने घेते. पुरुष संस्काराचे विद्यालय तर स्त्री संस्काराचे विद्यापीट आहे. संसारात पुरुष त्याग करतो तर स्त्री समर्पण करते. मुलगा वाईट मार्गाने गेल्यास आपण संस्कारात कमी पडलो याची खंत स्त्रीस असते. संसाराचा अभिमानाचा ध्वजही उंचावणारी स्त्रीच आहे. कारण लग्नात मंगलाक्षतांचा पाऊस पडल्यावर तिचे नवीन आयुष्य चालु होते. अपरिचित घरच तिला आपले करावे लागते. सर्वांशी जुळवून घेऊन आयुष्याचा नवा अध्याय ती लिहिते. यात तिच्या मनाची दारे कोणाजवळ उघडी करेल तर ज्याच्या बरोबर नवीन घरात आली तो पती आणि पाटराखण म्हणून बरोबर आणले तो बाळकृष्णच. यातूनच आपल्या नव्या संसाराचा सासर-माहेरचा संगम ती अभिमानाने घडवून आणते. म्हणूनच मुलांनाही वडिलांपेक्षा आई हेच दैवत वाटते. म्हणून म्हणतात, "आई सारखे दैवत साऱ्या जगात नाही"

काव्य प्रभात

निर्मळ

माझा कुणावरच रोषनाही
मला भुलावे असा वेश नाही।
भविष्य आहे ज्याच्या त्याच्या हाती
संपवल्याने उपदेश नाही।
मारल्या मारोत बाता कितीही
लुबाडणारा माझा देश नाही।
मनात लाख असेल दुष्मनी
नाश व्हावा त्याचा संदेश नाही।
चित्तवृतीने साफ इतुका की
कुण्या पंथाचा गणवेश नाही।
निधर्मी म्हणवती ते स्वत:ला
वागण्यात त्या परिवेश नाही।
कळेल त्यांना आज ना उद्या
चुकीला माफी चा आदेश नाही।

-काशिनाथ भारंबे
भुसावळ.

लेक लाडकी

लेक लाडकी मी तुमची
नको मारु आई गर्भातची।।धृ।।
आई जिने दिला महाराष्ट्राला दाता
त्या होत्या माँसाहेब जिजामाता।।१।।
आपल्या तलवारीने पाजले ब्रिटिशांना पाणी
त्या होत्या रणरागिनी झाँसीच्या राणी।।२।।
आई, देईन मी सर्वसामान्यांना रोजगार संधी
होईन मी प्रियदर्शनी पोलादी महिला इंदिरा गांधी।।३-।।
आई, मी होईन समाजसेवेचा दुर्मिळ वारसा
होईन मी करुणामय सेविका मदर तेरेसा।।४।।
आई, लावेन माझ्या आवाजाने सर्व जगाला लळा
होईन मी लता दिदींसारखी गानकोकीळा।।५।।
अशी असंख्य उदाहरणे देता येतील आई
मला गर्भातच मारण्याची करु नको तू घाई।।६।।

-सुभाष परशुराम धुमाळ
भिवंडी



मन होई समाधानी

प्रत्येक दिवस येतो, नव संदेशही देतो
जनास देई ज्ञानप्रकाश
अज्ञान अंधार दूर सारतो
दिवस असे किर्तीवंत मोठा,
महिमा न जाणे तयामाथी पडे गोटा।
सदाही वदती विचारवंत,
खऱ्यांना नसे कोणताच तोटा।।
दिनक्रमाप्रमाणे करावे कर्म,
कोणाचे न दुखवावे मर्म।
हे सांगती बहुजन सुज्ञ,
करु नये सदा चौर्यकर्म।।
दिन करतो नवचैतन्य जागृत,
सुविचार रुजवितो मनात।
मोठे असे कार्य त्याचे,
आनंद पसरवितो जनमानसात।।
उपदेश केला संतांनी,
पालन करावे सकलांनी।
सकला मिळे तयाचे सुफळ
सदा होई मन समाधानी।।
इतरांना तो देई प्रमोद
सर्वथा न करावा प्रसन्न
सकला लाभे प्रेमानंद।।

-सुभाष वरुडकर
अकोला.

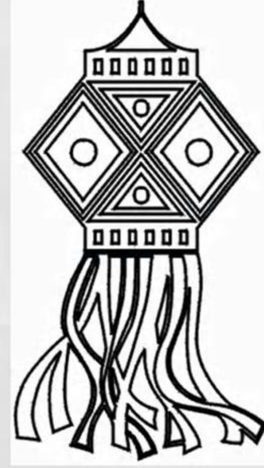
काव्य प्रभात

दिन दिन दिवाळी

दिवाळी आली, दिवाळी आली।
फराळाची तर चंगल झाली।।
डब्यात होते भरपुर लाडू.
खायला मग मी वेळ का काढू।।
शेव, चिवडा अन् चकली
शंकरपाळी नि कडबोळी
बाबांनी आणले फटाके छान
दादा मला म्हणतो तू आहेस लहान
ताई काढते छान छान रांगोळी
मला मात्र म्हणते फारच वेंधळी
पहाटे पहाटे करायच्या आंघोळी
गोड-तिखट पोहे, नि गरम उसळी
सुगंधी साबण, अत्तर नि उटणे
नवीन कपड्यांनी नटणे, थटणे
रंगी-बेरंगी आकाशदिवे
ज्योतीनी उजळले वर्ष नवे
आई बजावते मला जरासं थांब
मला मात्र नव्हतं कशाचंच भान
दिवाळीची ही मजाच मस्त
फराळ तर केला, केव्हाच फस्त.

-सुनील बा. नातू बांदा, सिंधुदूर्ग.





नको मारु आई

थांब थांब ग, आई मारण्याची कशाला घाई
मारु नकोस, सोडू नकोस, मी लेक आहे तुझ्या रक्ताची
थांब थांब ग, आई मारण्याची कशाला घाई.
नाही कधी घडलं आजवर आपल्या देशात
नाही जरी ऐपत तुझी, महागाईशी लढण्याची
कुठवर तु करशील, गर्भात हत्या मुलीची
थांब थांब ग, आई मारण्याची कशाला घाई.
झाली जरी मुले सारी आपल्या गावात,
होतील कशी, लग्न कधी
मुलीच नाही राहिल्या शिल्लक
होणार कोण बायको तुमच्या मुलांची
थांब थांब ग, आई मारण्याची कशाला घाई

-अशोक साठे कल्याण, जि. टाणे.

शुभ दीपावली

अंधाराला दूर लोटुनी शुभ दीपावली ही आली
रंगीबेरंगी प्रकाश दिव्यांनी ती तेजोमय झाली.।।धृ।।
दिशा दाही नभी चांदणे ल्याल्या
दारी सुख त्या भरुन राहिल्या
मन उजळली दिपोत्सवाने
देत आनंद बरसात झाली
अंधाराला दूर लोटुनी शुभ दीपावली ही आली ।।१।।
फळा-फुलांनी ती बहरत आली
अंगणी दारी रांगोळी सजली
गुरे वासरे समाधानी झाली
नटुन थटुन दीपावली आली
अंधाराला दूर लोटुनी शुभ दीपावली ही आली।।२।।
फराळाशी गमता शेव चकल्या
लाडू, करंज्या सोबत बसल्या
मनोगते त्या सांगत सुटल्या
दावून नैवेद्य रात उजळली
अंधाराला दूर लोटुनी शुभ दीपावली ही आली।।३।।
अंधाराला दूर लोटुनी शुभ दीपावली ही आली
रंगीबेरंगी प्रकाश दिव्यांनी ती तेजोमय झाली.

-रमेशकुमार मेंगळे टाणे (प.)

काव्य प्रभात

छळतेस मला तू जेव्हा...



छळतेस मला तू जेव्हा
मन चित्तर बित्तर होते
नसतेस समोरी जेव्हा
माझी कविताच हरवून जाते
हसतेच मनातून जेव्हा
ओठांची कळी का खुलते
नव मम हृदयातील कविता
डोळ्यात तुझ्या का दिसते
फुल-झाड इथे नसताना
का सारेच गंधित होते
तव मम हृदयाला
तुझ्या असण्याची खुण का पटते
इथे काय खरे नी खोटे
माझेच मला न कळते
शब्दांशी संवाद साधताना
कविता माझीच मला का छळते.

-विदुर बच्चु चौधरी वासिंद.

निराळी

सप्तशब्दात राहुनही मी आहे निराळी
कशी सख्या सांग ना, खेळावी होळी ?
नजर तुझी प्रितीची, चढवी लज्जेच लाली,
शब्दावीण वेगळी आपली ही कहाणी
ना भेटीची आस, तरी फुलली आगळी प्रिती
मैत्रित आपल्या जुळली ही पूर्णत्वाची नाती,
अबोध ही नाती की सख्या मलाच पुसती.
अबोल मी मुग्ध तू अजब ही कहाणी,
नजरेत फुलते प्रितीची मुग्ध गाणी
आहे मी सगळ्यात तरी गाते विराणी
सप्तशब्दात राहुनही मी आहे वेगळी

- आरती आनंद धारप रोहा- रायगड.

हरवलेलं प्रेम

विखुरलेल्या मनाला लागू दे सुगावा जोडण्याचा
हरवलेल्या क्षणाला मिळू दे सांगावा जुळण्याचा
स्वप्नातील मृगजल अवतरु दे वास्तवात
दुरावलेलं नातं घट्ट पेलू दे अस्तित्वात
तुटलेल्या धाग्याच्या बांधू दे रेशीम गाठी
सुरु होऊ दे पहिल्यासारख्या गाठीभेटी
तोंडातील घास हिरावून घेऊ नको
पळत्याच्या पाठीमागे पळू नको
नाटकाचे अतुच्च नाट्य घडू दे तिसऱ्या अंकात
शोकांतिकेचे उघड दार लौकीकाच्या नव्या संचात
दारी मी उभा प्रवेशास नको करु बंदी
चुकलो तरी सुधारण्याची हिच नामी संधी
सारुनी कर बाजुला झुलवणारे पडदे
हरवलेलं प्रेम पुन्हा भरभरुन मिळू दे.

-शिवाजी बाबर सांगवी, पुणे.

चेहरा

चेहरा सुंदर दिसावा
त्यासाठी केवढी खटपट
लिप्स्टीक, आयब्रो, हेअर पीना, क्रिम,
लोशन किती नी काय!
सारे सांभाळुन ही
सुरकत्या पडल्यास
सुंदर दिसण्यापेक्षा
सुंदर असण्याचं
असतं महत्व,
पण तुला पटेल तेव्हा ना!
तुझं हे मानस सरोवर स्फटीकासारखं स्वच्छ
करशील तेव्हा हे मुखकमळ
सुंदर असेलच, निर्मळ हसेलच!
राजहंस आत्म्याबरोबर
मनास सरोवर ओलांडून
कैलासावर चढशील
खरे म्हणजे आपण
बिनचेहऱ्याचेच असतो.



- अंजली सावल डोंबिवली.

काव्य प्रभात



मुकी

शब्द ओठातले ओठातच राहिले
ओठाबाहेर ते कधी न आले
मध्यमा कधी न वैखरी झाली
दैवयोगे मी मुकी जन्मा आले
कशा सांगू माझ्या व्यथा शब्द विना ?
कसे मांडू विचार माझे बोलण्याविना ?
आयुष्यात सुसंवादास मी मुकणार आहे
मुकेपणाची खंत आयुष्यभर राहणार आहे
मी मुकी बालपणी सतत रडत असे अश्रु विना
सहन होत नसे, आप्तांच्या सांत्वनांच्या वेदना
हे प्रभो, का केले मज लाचार वैखरी विना
नको मला हे जगणे मनाची करुनी विवंचना
जन्म-मृत्यू हे विधात्याने लिहिलेले वहीचे पान असे
आयुष्य प्रत्येकाचे देवाने ठरविलेली एक वाट असे
मनुष्य त्या ठरविलेल्या वाटेवर चालणारा वाटसरु असे
भोग हे कुणालाच सुटले नाही, भोगायला लागणारच आहे
आनंदाचा एक दिवस माझ्या आयुष्यात उजाडला
प्रतिभावंत कवी एक माझ्या जीवनात आला
त्या काव्यमय वलयात मला काव्यरचना सुचू लागल्या
मी कधी न बोलणारी, मुकी काव्यात बोलू लागली
न उमलणारी कळी आज काव्यात फुलणार आहे
मनात दडलेल्या व्यथा यापुढे काव्यात सांगणार आहे
आज मुकी म्हणुनि, मुकेपणाची मला न खंत आहे
इथून यापुढे ही मुकी काव्यात बोलणार आहे.

- उमेश गंगाधर पारसकर
बदलापूर

काव्य प्रभात

नंदनवन

अळवारचे पाणी होते
शिंपल्यामध्ये मोती दाणा
हदया मधुनी गाणे येते
ओठा मधला एक बहाणा
काळजातले दु:ख सांगते
जीवनातली एक विराणी
आनंदभरे उरी दाटली
भाव भक्तीची मंगल गाणी।
श्वासामध्ये अजुन साठला
पावसातील गंध मातीचा
एक ध्वनी कानात घुमला
चमकणाऱ्या विद्युल्लतेचा।
शेतामध्ये हिरवळ दाटे
सृष्टीचे ते वरदान असे
आसमंत चैतन्य स्वरुपे
गगनी तयाची शान दिसे।
चंद्र सूर्य ते मंतरलेले
दिवस रात्रीचा खेळ असे
चांदण्याचे शिवार फुलले
क्षितिजावर तो मेळ वसे।
डोंगर दरी मध्ये खळाले
नवजीवन ते निसर्गाचे
फळा-फुलांचे रंग झळाले
नंदनवन पृथ्वी वरचे।

-मनोहर प. पाटील
प्रभादेवी, मुंबई.





एका लग्नाची गंमत

ऐका हो एका लग्नाची गंमत
मुलगा होता यू. एस. मध्ये
मुलगी होती चीन मध्ये।
मुलाचे वडील घाना मध्ये
तर मुलीचे होते इंडियामध्ये।
मुलांनी लग्न ठरवले।
चर्तुदेशी आनंद अवतरले।
नाही अडली भाषा, नाही अडले अंतर
चॅटिंग करताना स्कीप वरुन बोलतांना
काहीच नाही अडले.
पण जेव्हा लग्नाचे ठरले
कोठे करावे? केव्हा करावे?
कोणी कोठे यावे? कोठे भेटावे?
पडले प्रश्नच प्रश्न.
लग्नानंतर मुलगी मुलाकडे जाईल
की मुलगा मुलीकडे येईल
लग्नाचा कोण करेल खर्च?
प्रश्न सोडवेल का गुगल सर्च?

- संध्या अष्टीकर
डोंबिवली.

काव्य प्रभात

माझे घर

घर कसही असो,लहान असो, मोठं असो
ते आपलं असतं
आणि तेच आपल्यासाठी फार महत्वाच असतं.
म्हणूनच तर ते आपल्याला हव हवसं वाटतं.।।१।।
दिवसभराच्या श्रमाने, थकून-भागुन आल की,
देतं घर आपल्याला आराम,
होत शरीर शांत, मिळतो मनाला दिलासा
म्हणूनच तर ते आपल्याला हव हवसं वाटतं.।।२।।
घर असावं मायेचं, प्रेमाने भारलेल्या जीवांचं
तिथे नसावा हेवादावा, आक्रसलेल्या हिंदोळ्यांचा
तिथे नसावा वाव भांडण तंट्यांना
असावा फक्त प्रेमाचाच वर्षाव
तेव्हाच तर ते आपल्याला, हव हवसं वाटतं.।।३।।
जिव्हाळ्याच्या भिंती, मायेचं छप्पर
प्रेमाचा रंग, आदर्शाची सजावट
सुगंधाची उधळण, करतील फूल छान
असचं आहे माझ्या स्वप्नातलं घर
माझ्या कल्पनेतलं घर, माझ्या मनातलं घर
आहे ना छान! आकर्षक
म्हणूनच तर ते वाटे मज हवे हवसे माझे घर।।४।।
-स्मिता सुधीर माळवदे बोईसर.





आता कुठे...

आठवणींच्या दिवसात वावरायला शिकतोय
आता कुठे स्वत:ला सावरायला शिकतोय.
आठवणींना तुझ्या होते मन माझे व्याकुळ
तू जर नाही भेटलीस तर मला लागेल खूळ
तरीही तुला मी विसरायला शिकतोय
आता कुठे स्वत:ला सावरायला शिकतोय.
प्रेम आहे इच्छा आहे हाती आहे बळ
तरीही आहे तहानलेला समुद्र असून जवळ
मनातील भावनांना आवरायला शिकतोय
आता कुठे स्वत:ला सावरायला शिकतोय.
माझ्या मुळे तुला त्रास होऊन देणार नाही
एवढा दूर जाईन की केव्हाच दिसणार नाही
म्हणून तुझा विरह दूर करायला शिकतोय
आता कुठे स्वत:ला सावरायला शिकतोय.
विसरुन जाऊ सारे काही पुरे झाला खेळ
असेल खरं प्रेम तर होईल आपला मेळ
पूर्नजन्मावर विश्वास ठेवायला शिकतोय
आता कुठे स्वत:ला सावरायला शिकतोय.
-सुरेश भिवाजी पाटील भांडुप मुंबई.

काव्य प्रभात

हायकू



डोळी काजळ
नजरेत नजर
तुझ्याखातर
भारीच लाड
झाल लहानगीचं.
वर्ष श्राध्दात
पंच पक्वान्न भारी
काक पुकारी
जात्यात दाणे
भरडलेच जाते
पीठी पडते.
गुलाबी हवा
हिवाळ्यात गारवा
घुमे पारवा.

-प्रकाश पोळ टाणे.

नवी दिवाळी

उभे आडवे जोडून ठिपके
रेखियली रांगोळी
रंग भरुनी वेगवेगळे
रंगत तिची वाढवली।।१।।
शोभिवंत जाहली अंगणे
सज्ज स्वागता झाली
वैभव घेवूनी धनलक्ष्मीचे
आली दारात दिवाळी।।२।।
आज न उरले दारी अंगण
परी रांगोळी ती उरली
तयार सुंदर रांगोळी ती
दारापुढती सजली।।३।।
दारावरती तोरण सुंदर
ही दिपमाळ चमकती लागली
कंदील, चांदणी गॅलरीतूनी
झगमगती शोभा आली।।४।।
नव्या रुपातील नवी दिवाळी
अवती भवती दिसली
बालपणातील दिपावलीची रंगत
मनामध्ये आठवली।।५।।

-विनिता वासुदेव आगाशे ठाणे.

मैत्री

आपली मैत्री असावी जीवनभराची
साथसंगत राहावी परस्परांच्या प्रेमळपणाची
आपली मैत्री असावी एकमेकांच्या भावना जाणणारी
एकमेकांना समजुन-उमजून जाणून घेणारी
आपली मैत्री असावी परस्परावरील विश्वासाची
दिल्या घेतल्याचा उठाठेव न करणारी
आपली मैत्री असावी प्रकाशासारखी
परस्परांच्या मना-मनाचा आसमंत उजळणारी
आपली मैत्री असावी परस्परांना साथ देणारी
मी ही तुझ्यासोबत आहे असे सांगणारी
आपली मैत्री टिकावी प्रतिकुल परिस्थितही
नित्य हदयात प्रेमाचा गारवा असणारी
आपली मैत्री राहावी स्थिर होकायंत्रासारखी
भरकटलेल्या मित्राला योग्य दिशा दाखविणारी
आपली मैत्री अशी असावी
मैत्रीतही असावा आपुलकीचा सुगंध

-लता लिलाधर बोरोले बदलापूर (पू.)

द ग्रेट बाप

बापाच्या सावलीत पोरं, ताडा-माडा सारखी वाढतात
आणि आकाशातील चांदण्या खुडतात.
झाडाला वेल बिलगली, आणि भरभर आकाशात जावी
तशी मुलं यशाची पायरी चढतात.
बापाच्या आधाराने मुले, कीर्तीमान घडतात.
बापाच्या खांद्यावर बळावर,
मुल अफाट काहीतरी करतात.
बाप काबाड कष्ट करतो,
पण पोराला काही कमी पडू देत नाही.
पोरं उद्या पोसतील काय? याची नसते हमी
बाप आयुष्यभर जळजळ जळतो,
मुलांना मात्र बाप गेल्यावर बाप कळतो.

-धनाजी बुटेरे, पोई कल्याण

बाप

माझ्या बापाच्या नशिबी, सदा सुखाचा चकवा
जग चाली उजव्याला, त्याला धुरविती डावा
क्रिकेटच्या शतकाचा जगभर गवगवा
औतामागे बाप माझा, काढी हजारोंनी धावा
बुडविती बडी धेंड, बँका आणि पतपेढ्या
थकबाकीपोटी खाई, बाप तुरुंगाची हवा
ताकासाठी तरसती, त्याची चिमणी पाखरं
पशुधन ना पदरी, यांच्या मुखी लोणी-खवा
बैल बनून राबतो, बैलासवे माझा बाप
कधी होईल कर्जमाफ, जग करी त्याचा हेवा
भूक दुष्काळाची त्याची असे नित्याची लढाई
हार त्याची ठरलेली जिंके कसाबांचा काव
निवडणूक येता नेते करती सुराज्याचा दावा
खुर्चीचा मोक्ष त्यांचा त्यांना लखलाभ व्हावा
धर्म-कर्म रक्षणाचे असे ब्रीद तुझे देवा
धाव-धाव रे माधवा आता तुझाच रे ठावा
- आनंद देशमुख धुळे.

अंगण

प्रशस्त आणि सुंदर माझ्या घराचिये अंगण
विलसत आहे तयात पुढती तुलसी वृंदावन
समोर पसरण पारिजात सुवासाची
जाई-जुईने बांधली कमान् स्वागताची
गुलाब, शेवंती, अनंत, झेंडू, मोगरा
यातुनी वाहे मंद सुगंधित वारा
अबोली, चाफा विविध जास्वंद
मनास मोहूनी देई बहू आनंद
अंगणात झेलती ही किती झाडे फुले
स्वच्छंदे डोलती, विहरती निसर्गाची बाळे
सांज सकाळी वाहे सुगंधित मंद वारा
शीण घालवितो तनू मनाचा सारा
- विवेक कुलकर्णी चोडण, गोवा.

दोस्ता दारु पिऊ नको

दारुची नशा नाही रं बरी, हे जहर घेऊ नको..
दारु पिऊ नको रं दोस्ता, दारु पिऊ नको....
घेताना तुला घोट-घोट, ही मजा भारी रं वाट
आपल्या सुखी संसाराचा, नको करु नायनाट
गटारगंगा वाहते भारी, लोळाया जाऊ नको
दारु पिऊ नको रं दोस्ता, दारु पिऊ नको....
बेवडे सारे जमुनी, झिंकतात दिन-रात
मुलं-बाळं तुझी उपाशी रं, खाया मिळना भात
कर्जात बुडाला आता तरी या दारुला शिवू नको
दारु पिऊ नको रं दोस्ता, दारु पिऊ नको....
नशेत येऊन, दारुच्या या उधळला किती पैसा
तांबेस्त्यावाणी सुजला आणि झालास रं बघ कैसा
पोरांना तुझ्या पुढं मागं भिक मागायला लावू नको
दारु पिऊ नको रं दोस्ता, दारु पिऊ नको....
ग्लासात खेळला, गटारी लोळला, सगळ्यांशी याचं वाद
डुक्कर होऊन ठोकर खाऊन सुटंना याचा नाद
सोड रं आता मध्येच यमाचं दर्शन घेऊ नको
दारु पिऊ नको रं दोस्ता, दारु पिऊ नको....
- श्याम राघोजी माळी खरवई, बदलापूर.

जीवन वस्त्र

जीवन-वस्त्र, रंग सहस्त्र, हजार हजार धाग्यांचे
परि गडद ते धागे गुलाबी, नितांत सुंदर प्रेमाचे
गमे जिव्हाळा रोज असावा
परस्पराते नात्यांत।
सुख दु:खाची देणी घेणी
परस्परांते सगळ्यांत।।
परि ना घडता असेच येथे, विणती धागे दु:खाचे
जीवन-वस्त्र, रंग सहस्त्र, हजार हजार धाग्यांचे।।१।।
प्रेमाविना ते जीवन नाही
प्रेमाविना ना उभी संस्कृती।
चंद्र चांदण्यातुनी निथळुनी
करी प्रकट ते प्रेम प्रकृती।।
प्रेमाचे ते रेशीम धागे, तलम मुलाय बंधाचे
जीवन-वस्त्र, रंग सहस्त्र, हजार हजार धाग्यांचे।।२।।
- डॉ. छाया तातेड-जैन औरंगाबाद.



ग्लॅमरस हेअरस्टाईलीस्ट

सध्या फॅशनची दुनिया आहे. स्त्री असो की पुरुष, तरुण असो की म्हातारा, मुलगा असो की मुलगी कोणालाही वेगळी फॅशन करायला नेहमीच आवडत असते. अनेक तरुण-तरुणींना तर विविध प्रकारच्या स्टाईल आणि मेकअप करायला आवडतात. आणि याचसाठी आम्ही यावर्षीच्या दिवाळी अंकात तुषार चव्हाण यांची माहिती प्रसिध्द केली आहे. त्यांनी सिंगापुर, मलेशिया, बँकॉक, श्रीलंका, पॅरीस आदी देशांमध्ये फिरुन या फॅशनच्या दुनियेचे धडे घेतले. आणि घेत आहेत. येत्या नोव्हेंबर महिन्यात ते ऑस्ट्रोलियाला जात आहेत. जगभर ज्या फॅशन येतात त्याचाच अभ्यास करण्यासाठी ते परदेश वारी करतात. आणि याचाच फायदा आपल्या देशातील आपल्या सारख्या सर्वानाच होऊ शकतो.

ब्युटी पार्लरमध्ये करिअर सर्वासाठी -ब्युटी पार्लर आता एखाद्या विशिष्ट समाजापुरतेच मर्यादित राहिलेले नाही. या क्षेत्राकडे आता सर्वच समाजाचे लोक वळत आहेत. याबाबत बोलताना नॅशनल हेअर ॲन्ड केअर ॲकॅडमीच्या तुषार चव्हाण

- **गुरुनाथ पांडुरंग बनोटे** बदलापूर.

यांनी सांगितले की, पुर्वी विशिष्ट समाजाचे लोकच हा व्यवसाय करत असत. कमी शिक्षण असले किंवा ज्यांना ॲकॅडमिक करिअर करता येत नसे. असे या क्षेत्राकडे वळत असत. परंतु आता एम.बी.ए., बी. कॉम, अभियांत्रिकी किंवा वैद्यकीय शिक्षण घेतलेलेही या क्षेत्राकडे वळत असुन यात उत्तम करिअरही करत आहेत.

हाय प्रोफाईल करिअर डिप्लोमा होल्डर्सपासून डीग्री घेणाऱ्यांची संख्या आता या क्षेत्राकडे वळू लागली आहे. उच्च शिक्षण घेणाऱ्यांना या क्षेत्रात हाय प्रोफाईल करण्याची संधी आहे. उच्च शिक्षण घेणाऱ्यांकडे ग्राहकांबरोबर संवाद साधण्याची उत्तम कला असते. त्यामुळे ते या क्षेत्रात उत्तम करिअर घडवू शकतात. घरोघरी जाऊनही आपला व्यवसाय उत्तम प्रकारे करता येतो. अशाप्रकारे व्यवसाय करुन उत्तम पैसेही मिळवता येतात. भाड्याची खोली घेऊन व्यवसायास सुरुवात करता येते. जितकी गुंतवणूक जास्त तितका व्यवसाय अधिक उत्तम प्रकारे करता येतो.

नॅशनल हेअर ॲन्ड केअर ॲकॅडमीमधून शिक्षण-स्वत:ला सादर कसे करावे, ग्राहकांबरोबर कसा सवाद साधावा स्वत:चा

आत्मविश्वास कसा वाढवावा आदी बाबीचेही प्रशिक्षण या ठिकाणी दिले जाते. १० हजार रुपयापासून ते ६० हजार रुपयांपर्यंत शुल्क भरुन हेअर कटिंगपासून ते विविध प्रकारचा अभ्यासक्रम या ठिकाणी शिकता येतो आणि या क्षेत्रात पाय रोवायला सुरुवात करता येऊ शकते. हा अभ्यासक्रम करिअर ओरिएटेड असुन या ठिकाणी अगदी तंत्रशुध्द पध्दतीने शिक्षण दिले जाते. या क्षेत्रात ग्लॅमर असुन क्रिएटीव्हीटीलाही प्रचंड वाव आहे. या क्रिएटीव्हीटी आणि ग्लॅमरकडे जाण्याचा मार्ग दाखवला जातो. या ठिकाणी विद्यार्थ्यांना तंत्रशुध्द शिक्षण मिळावे म्हणून मुलांसमोर हेअर कटिंगसाठी बसवले जाणारे मॉडेल्स आम्ही स्वत: पुरवतो.

शासनमान्य अभ्यासक्रम महाराष्ट्र बिझनेस ट्रेनिंग कोर्स अंतर्गत कोल्हापुरमधील एका फ्रेन्चायझीच्या सहकार्याने एक अभ्यासक्रम चालवला जातो. या फ्रेन्चायझीला शासनमान्यता असून हा अभ्यासक्रम सहा महिन्यांचा असतो. या अभ्यासक्रमासाठी कधीही प्रवेश घेता येतो. तसेच कधीही परिक्षा देता येते. आम्ही खास आयटीआयच्या सहकार्याने आमच्याकडून मुलांना एक वर्षाचे प्रशिक्षण देतो आणि दोन वेळा घेतल्या जाणाऱ्या परिक्षेसाठी बसवतो. नॅशनल हेअर ॲन्ड ब्युटी ॲकॅडमीचे संचालक तुषार चव्हाण यांनी पदवी घेतल्यानंतर सिंगापुरमधून टोनी ॲण्ड गाय येथून १० दिवसाचा डिप्लोमा अभ्यासक्रम पूर्ण केला. त्यांचा सध्या सुरु असलेला व्यवसाय हा वडिलोपार्जित असून गेली १३ ते १४ वर्षे सुरु आहे. तीन वर्षापासून त्यांनी या व्यवसायात उत्तम प्रगती केली आहे. त्यांना महाराष्ट्र श्रावण क्वीनसाठीही बोलावण्यात आले होते. त्याचबरोबर त्यानी आतापर्यंत मराठीतल्या आघाडीच्या कलाकारांसाठीही काम केले आहे. अनेक कलाकारांनी तर त्यांच्या पार्लरमध्ये लाल पेनाने लिहून आपले मनोगत व्यक्त केले आहे. कलाकाराचा हा आवडता हेअरस्टायलिस्ट आहे. असे म्हटले तरी त्यात काहीही वावगे ठरणार नाही.

ब्युटीफुल बॉईज - काळ बदललाय म्हणून आज स्त्रियांप्रमाणेच पुरुषही पार्लरच्या वाऱ्या करु लागले आहेत. फेशिअल, ब्लीच एवढंच नाही तर स्किन पॉलिशिंग सारख्या ट्रीटमेन्टस्‌नाही त्यांच्या कडून वाढती मागणी आहे. मेन्स ब्युटीच्या या बदलत्या ट्रेडविषयी नॅशनल हेअर क्राफ्टचे स्टायलिस्ट तुषार चव्हाण सांगताहेत स्त्रियांप्रमाणेच पुरुषही हल्ली आपल्या सौंदर्याबाबत जागरुक झाले आहेत. चार-चौघांमध्ये उठून दिसण्यासाठी तेसुध्दा स्वत:ची काळजी घेऊ लागले आहेत. म्हणूनच पार्लर आणि सलुनमध्ये त्यांचीही गर्दी वाढते. केवळ बेसिक काळजी नाही तर स्किन पॉलिसिंग सारख्या ब्युटी ट्रीटमेन्टसाठी पुरुष आज येऊ लागले आहेत. मात्र या ट्रीटमेंटस्‌ घेताना त्याबद्दलची माहिती असणे आवश्यक आहे. पुरुषांच्या त्वचेबाबत अनेक गैरसमज आहेत. स्त्रियांच्या त्वचेपेक्षा पुरुषांची त्वचा जाड आणि रफ असते. हा समज सर्रास सगळ्यांमध्ये दिसून येतो. पण हा नियम सगळ्यांना लागू होत नाही. बऱ्याच जणांची त्वचा संवेदनशील असते. अशा व्यक्तीनी कोणतेही ब्युटी प्रोडक्ट वापरण्याआधी काळजी घेतलीच पाहिजे. पुरुषांची त्वचा ही दोन प्रकारची असते. तेलकट आणि कोरडी. सकाळी उठल्यावर तुमचा चेहरा तेलकट नसेल तर तुमची त्वचा कोरडी आहे. त्वचेवर तेल असल्यास ती तेलकट आहे म्हणून समजा. तेलकट त्वचा ब्लॅकहेडस्‌, मुरुम, पुळ्या यांची शिकार लवकर बनते. याशिवाय हल्ली प्रदूषणामुळेही त्वचेच्या अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागते. म्हणूनच चेहऱ्याचे सौंदर्य टिकवण्यासाठी क्लीन अप, फेशिअल, स्किन पॉलिशिक केलं पाहिजे.

क्लीन अप - क्लीन अप हा त्वचेला स्वच्छ ठेवण्यासाठी एक चांगला पर्याय आहे. पुरुषांनी दर १५ दिवसांनी क्लीन अप करणे गरजेचे आहे. यामध्ये केल्या जाणाऱ्या स्क्रबिंग आणि स्टीमिंगमुळे तुमच्या चेहऱ्यावरील मृत त्वचा निघून जायला मदत होते. स्क्रबिंगही केवळ ३-४ मिनिटासाठीच असावे. चेहरा स्वच्छ असेल तर पिंपल्स, ब्लॅकहेडस्‌ यासारख्या समस्या टाळता येतील. त्यामुळे नियमित क्लीन अप करुन तुम्ही तुमच्या चेहऱ्याचं सौंदर्य कायम टेवू शकता.

फेशिअल - पुरुषांनी फेशिअल करणं हे काही आता नविन राहिलेलं नाही. एरव्ही फक्त लग्न समारंभासाठीच फेशिअल करुन घेतल जायचं. आता मात्र खास समारंभावरोबरच चारचौघात उठून दिसण्यासाठी नियमितपणे फेशिअल करुन घेतलं जातं. फेशिअल आणि क्लीन अप यामध्ये थोडा फरक आहे. क्लीन अपमध्ये तुमचा चेहरा केवळ स्वच्छ केला जातो. पण फेशिअलमध्ये मसाज केल्यामुळे तुमच्या चेहऱ्यावर चमक, तजेला येतो. कॉलेज तरुणांकडून फेशिअलला अधिक मागणी आहे. हल्ली तर शाळेतून बाहेर पडल्या-पडल्या अनेकजण फेशिअल करतात. पण उमलत्या वयात अर्तात पौगंडावस्थेत अशा ट्रीटमेटस्‌ घेण्यापेक्षा साधारण १८ वर्षानंतर तुम्ही अशा ब्युटी ट्रीटमेंटस्‌ घ्यायला हव्यात. या वयापर्यंत तुमची त्वचा परिपक्व झालेली असते. पण फेशिअल करायचं झाल्यास महिन्यातून एकदा करता येईल. एखाद्या दिवशी चेहऱ्यावर त्वरीत उजळपणा हवा असेल तर इन्सटंट ग्लो फेशिअलचा पर्याय आहे.

ब्लीचिंग - मुलही आता ब्लीच करायला मागेपुढे पाहत नाही. चेहरा उजळण्यासाठी बाजारात अनेक क्रिम्स आपण

पाहतो. आणि त्यात एक ब्लीच. ब्लीच ही एक रासायनिक प्रक्रिया आहे. त्यामुळे त्वचेचा पोत ओळखुनच ब्लीच करायला हवं. कारण ब्लीच केल्यानंतर त्वचेतील पाण्याचं प्रमाण काही अंशी कमी होतं. त्यामुळे तुमची त्वचा कोरडी असेल तर ॲक्टिवेटरचं प्रमाण कमी असू द्या. जेणेकरुन ती आणखी कोरडी होणार नाही. याउलट तुमची त्वचा तेलकट असेल तर ब्लीचच्या मिश्रणात ॲक्टिवेटरचं प्रमाण जास्त असू द्या. ब्लीच करायच झाल्यास २१ वर्षानंतरच करायला हवं या वयात आपली त्वचा परिपक्व झालेली असते. मात्र तुमच्या चेहऱ्यावर अति पिंपल्स असतील तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्यायला हवा. ब्लीच केल्यानंतर स्क्रबिंग करु नये. पण तुम्हाला चेहऱ्याला चमक हवी असेल तर ब्लीचिंग केल्यानंतर हलक्या हाताने चेहऱ्याला मसाज देता येईल. त्यानंतर फेसपॅक लावायला विसरु नका. यामुळे तुमच्या चेहऱ्यावर चमक तर येईल शिवाय तुम्हाला एक प्रकारे रिफ्रेशही वाटायला लागेल.

शेविंग कधी कराल ? -क्लीन अप, फेशिअल किंवा ब्लीच करताना शेविंग आधि करावं की नंतर असा प्रश्न अनेकांना पडतो. याबाबत मुलांमध्ये बरेच गैरसमज आहेत. तुम्ही क्लीन अप किंवा फेशिअल करण्यासाठी जात असाल तर आधी शेविंग करा. कारण तुमचे दाढीचे खुंट वाढलेले असतील तर क्लीन अप किंवा फेशिअल दरम्यान केल्या जाणाऱ्या मसाजचा परिणाम होत नाही. तसेच मसाज करताना मोकळेपणाने चेहऱ्यावर हात फिरवता येत नाही. पण तुम्ही फक्त ब्लीच करणार असाल तर शेविंग आधी करु नये. दिवसातून कमीत-कमी २-३ वेळा चेहरा स्वच्छ धुवा, शेविंग शक्यतो रोज करु नये. १५ दिवसातून एकदा क्लीन अप करा. चांगल्या कंपनीचा फेशवॉश वापरा.

चेहरा आणि हेअर कट - नुकत्याच रिलीज झालेल्या चित्रपटात अमुक एका अभिनेत्रीने अमुक असा हेअर कट केलेला असला, की तशाच हेअर कटचा ट्रेड येतो. किंवा एखाद्या मासिकातल्या मॉडेलने केलेला हेअर कट फार आवडतो. आणि लगेच पार्लरमध्ये जाऊन तसा हेअर कट केला जातो. पण अशाप्रकारे हेअर कट करताना तो आपल्याला शोभुन दिसतोय का ? तो हेअर कट आपल्याला सांभाळता येणार आहे का ? याचा मात्र विचार केला जात नाही. यासाठी गरज असते ती एका उत्कृष्ट हेअर स्टाइलिस्टची.

अंडगोलाकृती चेहरा - चेहऱ्याचा हा आकार एक आदर्श आकार म्हणून समजला जातो की ज्यावर कोणत्याही प्रकारचा लहान मोठा हेअर कट सहज शोभुन दिसतो.

पंचक्रोनी चेहरा - या चेहऱ्याची गालावरील हाडं टळक असतात व कपाळ छोटं असतं त्यामुळे हेअर कट करताना केस गालावर रुळतील पण कपाळ मोटं दिसेल याची काळजी घ्यावी. मध्यम आकाराचा हेअर कट या चेहऱ्याला अधिक चांगला वाटतो.

बदामी आकाराचा चेहरा - लांबीला मोटं पण उंचीला छोटं कपाळ आणि छोटी टोकदार हनुवटी असा हा चेहरा असतो. या चेहऱ्यावर लेअर असलेला बॉय कट किंवा हनुवटीपर्यंत केस कापावेत. केसांना फुगीरपणा देऊन केलेले कट शोभुन दिसतात.

गोल आकाराचा चेहरा - छोटं कपाळ, हनुवटी आणि जबडा एकत्र अशा या चेहऱ्यावर लहान लांबीचे हेअर कट ठेवावेत. आणि डोक्याच्या मध्यभागी फुगीरपणा द्यावा.

चौकोनी चेहरा - या चेहऱ्याचं कपाळ रुंद पण छोटं असतं. आणि जबडादेखील रुंद असतो. त्यामुळे ग्रेज्युएट लेअर आणि फुगीरपणा जास्त येईल असे हेअर कट करावे. हलका कुरळेपणादेखील या चेहऱ्यांना शोभुन दिसतो.

त्रिकोनी चेहरा - असा चेहरा असलेले फारच कमी जण असतात. कानपट्टी अरुंद, गालाची हाडं बाहेर आलेली आणि जबडा रुंद अशा चेहऱ्यासाठी छोटे हेअर कट फार सुंदर वाटतात. या चेहऱ्याचे हेअर कट करताना कानावरील केसांचा समतोल राखून मध्यभागी जास्त फुगीरपणा न देता हेअर कट करावा.

आयताकृती चेहरा - उभा चेहरा, मोठ कपाळ आणि मोठी हानुवटी असं या चेहऱ्याचं स्वरुप असतं. या चेहऱ्यासाठी कपाळावर रुळणारे केस असावेत आणि हनुवटी किंवा खाद्यावर लांब केस ठेवावेत. हेअर कटविषयी अधिक माहिती देताना तुषार चव्हाण सांगतात की चेहऱ्याचा आकार कितीही लक्षात घेतला तरी केसांचा प्रकार, पोत, नाकाची ठेवण देखील लक्षात घेणं तितकच महत्वाचं असतं. प्रत्येकाने आपलं राहणीमान व्यवसाय आणि हेअर कट यांची सांगड घालावी. त्यातही हेअर कट सांभाळण्यासाठी किती वेळ द्यावा लागणार आहे. याविषयी योग्य मार्गदर्शन घेऊन नंतरच कोणता हेअर कट करावा हे टरवावं. केसांची कोणतीही स्टाईल करताना नेहमीच एखाद्या चांगल्या हेअर स्टाइलिस्टचा सल्ला घेण खूप आवश्यक आहे. तरच ती हेअर स्टाइल व्यक्तीमत्व अधिक खुलवू शकेल. मैत्रिणीच्या हेअर कटची कॉपी करण्यापेक्षा स्वत:च्या चेहऱ्याचा अभ्यास करणं अधिक आवश्यक आहे.

संपर्क : तुषार अशोक चव्हाण नॅशनल हेअर क्रॅफ्ट सलुन आणि ॲकॅडमी ९ ए, खांडके बिल्डींग, आर. के. वैद्य रोड, शिवाजी मंदिरच्या मागे, दादर (प.) मुंबई -२८, फोन ०२२-२४३१३१९४



- **किरण चंद्रकांत आचार्य** बदलापूर

नेहमी प्रमाणे पुण्याला जाण्याकरीता बदलापूरहून सकाळी ८.१० ची कर्जत पकडली व नेरळला उतरलो. मागून डेक्कन एक्सप्रेस १० मिनिटात त्याच्य प्लॅटफॉर्मवर येते. आजही तशीच आली. शनिवार असल्यामुळे विकेंडवाल्यांची खूप गर्दी होती. मी कसाबसा आत चढलो. गर्दीतून वाट काढत आत गेलो आणि बाकांच्या मधली जी जागा असते त्यात उभा राहिलो. लोणावळा किंवा तळेगावला जागा मिळेल असे अपेक्षित होते. पावसाचे दिवस असल्याने बाहेर ढगांची गर्दी होती. पण पाऊस पडत नव्हता. त्यामुळे दमट वातावरण होते. त्यात गाडीतील गर्दीमुळे उकडत होते. गर्दीमुळे सर्वाचे श्वास व घाम यामुळे घुसमट होत होती. थोड्या वेळाने घशाला कोरड पडायला लागली नंतर लक्षात आले की मी पाण्याची बाटली घ्यायला विसरलो होतो. पाण्याची बाटली विकत घ्यावी म्हटले तर गाडीत गर्दी असल्यामुळे विक्रेतेदेखील गाडीत येत नव्हते. गाडीने कर्जत गाठले. पण प्लॅटफॉर्मच्या विरुध्द बाजुला उभा असल्यामुळे स्टेशनवरील विक्रेत्यांपर्यंत मला पोहचता येईना. परिस्थिती कठीण झाली.

कर्जत सोडल्यावर घाटाच्या अलीकडे सिग्नल यंत्रणेतील बिघाडामुळे गाडी उभी राहिली ती एक तास झाला तरी हलायचे नाव घेत नव्हती. वर दाटलेले ढग अजुनही ढिम्म होते. वारा पण नव्हता. अशा विचित्र अवस्थेत माझी पाण्याची तहान खूप वाढली आणि तेवढ्यात समोरील खिडकीजवळ बसलेल्या एका व्यक्तीने त्यांच्या जवळील पाण्याची बाटली काढली. मी हात पुढे केला म्हणजे तो आपोआपच झाला कारण घामामुळे व घुसमटीमुळे माझी अवस्था अतिशय वाईट होती. आजुबाजूच्या सर्वाचे याकडे लक्ष होते. माझा चेहरा, माझी नजर आणि पुढे केलेला हात या सर्वाकडे लक्ष असून दुर्लक्ष करत सदर व्यक्तीने त्या बाटलीला तोंड लावले. आणि केवळ दोन घोट पाणी पिऊन पुन्हा झाकण लावले आणि बाटली पिशवीत ठेवू लागला. जरा प्लीज मला पण दोन घोट पाणी देता का ? मी शेवटी

त्याला विचारले. उष्टे आहे पाणी तो खिडकीतून बाहेर बघत माझ्याकडे न बघता बोलला. मला चालेल हो, खूप अस्वस्थ वाटतय मला म्हणून मागतोय. माझ्या या वाक्यावर आजुबाजुचे जरा लक्षपूर्वक आम्हा दोघांकडे बघायला लागले. पण माझ्या या वाक्याकडे दुर्लक्ष करत ते सद्गृहस्थ खिडकीकडे तोंड करुन बसले होते. मी हतबल होऊन बघतच बसलो. इतर लोक दखील त्याच्या आणि माझ्या तोंडाकडे बघत बसले. गाडी सुरु झाली हळूहळू करत एक एक स्टेशन जात होते. पुणे जवळ यायला लागल्यावर गाडीने वेग घेतला आणि मग वर जमलेल्या ढगांना दया आली आणि त्याने पाऊस पाडायला सुरुवात केली. गाडी पुण्याला पोहचली तेव्हा पावसाचा जोर जबरदस्त होता. अगदी धुंवाधार पाऊस पडत होता.

प्लॅटफॉमवरील जिन्यावर सगळीकडे माणसांची गर्दी होती. त्यातून वाट काढत काढत कसाबसा मी पुणे स्टेशनच्या बाहेर पडलो आणि लक्षात आले की आपण छत्री गाडीतच विसरलो. या अशा चुका नेहमी आपल्याकडूनच का होतात ? हे एक न सुटणारे कोडे आहे. आता पुन्हा गाडी प्लॅटफॉर्मवर उभी आहे का ? असली तरी आपल्या डब्यात आपली छत्री अजुन तिथेच असेल का ? आणि याही पेक्षा महत्वाचे आत पुन्हा छत्री घेण्याकरीता या प्रचंड गर्दीतून वाट काढत तिथे जायचे का ? अशा विचारात मी अडकलो आणि शेवटी सगळे विचार धुडकावत मी छत्री हा विषय मनातून काढून टाकला. पाऊस खूपच जोरात होता. टपोरे थेंब जोरजोरात आदलत होते. आणि थांबण्याचे चिन्हे नव्हती. स्टेशन बाहेर रस्त्याच्या कडेला एका हॉटेल बाहेर एक चहावाला होता. त्याच्या बाजुलाच एक वडापाववाला पण होता. दोघांनी दोन बाजुंनी लाकडी बांबुवर एक मोठे प्लास्टीक टाकून आडोसा तयार केला होता. त्यात बरेच लोक दाटीवाटीने उभे होते व गरमागरम वडापाव व चहाचा आस्वाद घेत होते. माझ्याही तोंडाला पाणी सुटले तसेहे सकाळी निघताना नाश्ता केला नव्हता, म्हटले चला आपणही छान चहा नाश्ता करावा. पावसाच्या धारा अंगावर झेलत मी त्या चहावाल्याच्या आडोशात प्रवेश केला. बऱ्यापैकी भिजलो होतो. वडापाववाला भैय्या होता आणि एक छोटा आठ-दहा वर्षाचा पोरगा त्याच्या मदतीला होता. हा पोऱ्या मराठी होता. बाजुला चहावाला होता तो एकटाच होता. तेव्हा हा वडापाववाल्याचा पोऱ्याच त्यालाही कप आणून द्यायचा व विसळायला मदत करत होता.

पावसामुळे गर्दी होती व पटापट ऑर्डर येत होत्या. एक वडापाव, दोन वडापाव, एक कटिंग, दो कटिंग सारखे गिऱ्हाईक सुरु होते. त्या पोऱ्याची धावपळ होत होती. आणि तो वडापाववाला भैया त्याला शिव्या देत आरडाओरडा करुन पटापट ऑर्डरवाल्या गिऱ्हाईकांना वडापाव व चहा द्यायला सांगत होता. मी वडापाव घेऊन पैसे देऊन बाजुला झालो व आरामात खात खात ही सगळी गंमत पाहू लागलो. तेवढ्यात एक त्या पोराच्याच वयाची सात-आठ वर्षाची गरीब मुलगी हातात एक रुपया घेऊन आली आणि त्या वडापाववाल्याला तो रुपया देऊन चटणी पाव मागत होती. बहुदा एका रुपयात हा चटणीपाव ती नेहमी घेत असावी. पण पावसमुळे या भैय्याचा रेट वाढला होता. एरवी दहा रुपयाला असलेला वडापाव त्याने आज वीस रुपयाला दिला होता.

"चल भाग इधर से, पाच रुपया लेके आ" असे तिच्या अंगावर खेकसत त्याने तो रुपया भिरकावला. तो खाली पडला ती लहान पोर गांगरुन गेली आणि तशीच उभी राहिली. भिरभिरत्या नजरेने इकडे-तिकडे ती पडलेला रुपया शोधू लागली. दरम्यान गिऱ्हाईकांची गर्दी वाढतच होती. काही चांगले कपडे घातलेले सुटा-बुटातील दोन-तीन माणसे आली. ती मुलगी समोरच उभी होती. तिच्या एकंदर अवतार असल्याने या सुट-बुटवाल्यांना समोर जाण्याचा धीर होत नव्हता. कारण तिला स्पर्श झाल्याने त्यांचे कडक इस्त्रीचे कपडे मळले असते. ते तिच्याकडे व त्या वडापाववाल्या भैय्याकडे पाहत हातात पैसे घेऊन उभे होते. भैय्याचे लक्ष गेले. त्याने समोर पाहिले व तिला पुन्हा ओरडून दूर व्हायला सांगितले. त्या विचारीला सूचतच नव्हते. तिचा रुपया पण त्याने फेकला होता. आणि पावही मिळाला नव्हता. भुकेली असावी. कारण चेहऱ्यावर जे भाव होते ते हेच सांगत होते. केविलवाणे डोळे करुन ती बाजुला झाली. तिच्या डोळ्यात पाणी आले होते. ओठ थरथरतहोते. बाकी कुणाचेच तिच्याकडे लक्ष नव्हते. भैय्यापण नवे गिऱ्हाईक व वडापाव देण्यात गुंतला होता. जलद सेवा देण्याकरीता त्या पोरावर खेकसत होता. थोडावेळ गेला. माझा वडापाव खाऊन संपला आणि मी बाजुला होताना त्या मुलीच्या जवळ जाऊन मुद्दाम उभा राहिलो व तिच्या हातात एक रुपया दिला. तिने चमकुन माझ्याकडे पाहिले. मी मात्र मोठेपणा दाखवत पाऊस वाऱ्यात मस्त गरम चहाची मजा घेऊ लागलो. जमलेल्या सर्व तथाकथित माणसांमध्ये माणुसकी जपणारा, भावना असलेला मी जणू एकटाच आहे. असे भाव माझ्या चेहऱ्यावर होते. स्वत ःला सुशिक्षित म्हणवणाऱ्या सुट-बुटवाल्यांना देखील जे जमले नाही ते मी केले. त्या मुलीला मी रुपया दिला.

"अरे वो लडकी बोल पाच रुपये रहेगा तो उसको पाव देके

भगा साली को उधरसे, धंदे के टायम खोटी करते है" ये हरामखोर लोग. पुढे दोन-तीन शिव्या देत त्या भैयाने त्या पोरीकडे जळजळीत कटाक्ष टाकला. आतापर्यंत माझ्याच नादात असणारा मी भैय्याच्या त्या भसाड्या आवाजाने भानावर आलो आणि पुन्हा त्या मुलीकडे पाहिले. सेवा पुरवणाऱ्या तो पोऱ्या तिच्या जवळ आला. त्या दोघांची नजरा-नजर झाली आणि त्या दोघांना बहुदा एकमेकांबद्दल काही समजले. माझ्या हातात केवळ एक रुपया आहे हे तिची नजर सांगत होती. भैय्या पाच रुपये मागत आहे. आता काय होणार मी बघत होतो. त्या पोराने तिच्या हातातून झटकन रुपया घेतला आणि पटकन गल्ल्यात टाकला व ओरडला "ये लडकीका पाच रुपया आया है, पाव दो" भैय्याचे नीट लक्ष नव्हते. त्याने फक्त त्या मुलीकडे पाहिले. ती पुन्हा गांगरली होती. तिला समजेच ना. "ये साहबने उसको पाच रुपया दिया" तो पोरगा अगदी सहज माझ्याकडे बोट दाखवून बोलला. आता माझा चेहरा पाहण्यासारखा झाला. मी ढिम्म त्या भैय्याकडे बघत बसलो. थोड्या संकोचानेच पण त्याने पाव त्या पोराला दिला. पोऱ्याने चपळाईने तो मधोमध चिरला त्यात चटणी लावली आणि अतिशय जलद एक वडा त्यात टाकला आणि भैय्याला दिसू नये म्हणून लगेच कागदात गुंडाळून त्या मुलीच्या हातात कोंबला आणि तिला जवळपास ढकलत तिथून हाकलले. ती मुलगी लेकीन,लेकीन म्हणत होती. पण या पठ्ठ्याने काही न ऐकता चल भाग असे ओरडत तिला हाकलले. आज जे त्या मुलाने केले ते मला किंवा तिथे जमलेल्या लोकांना का जमले नाही? माझ्या रुपयाला त्या मुलाने पाच रुपये म्हणून पटकन गल्ल्यात टाकले. शिवाय त्याचे श्रेय मलाच दिलं. जे माझे नव्हतेच मी खरच त्या मुलीला एक ऐवजी पाच रुपये दिले असते तर काय बिघडले असते? केवळ पाव देण्याऐवजी त्या भुकेल्या जीवाला त्या पोराने वडापाव दिला. त्या मुलीला एक रुपया देण्याऐवजी मी एक वडापाव देऊ शकलो नसतो का? जे त्या अशिक्षित अडाणी मुलाला समजले, जमले आणि त्याने ते अगदी सहज केले ते तुम्हा आम्हाला बरेचदा शिकून सवरुन सुध्दा करता येत नाही. हे ज्ञान कोणत्याही पुस्तकात किंवा अभ्यासक्रमात शिकवले जात नाही. त्या गरीब भुकेल्या पोरीची भुक मी शिकून ओळखू शकलो नाही. पण त्या पोऱ्याने ती भूक अनुभवातून ओळखली आणि अनुभवातूनच त्याने ती भागवली.

मी पुण्याला माझ्या मामेभावाकडे कामानिमित्त आलो होतो. पावसामुळे खूप उशीर झाला होता. दुपारपर्यंत मी घरी पोहचलो. इकड-तिकडच्या गप्पा झाल्या. मामा, माझी वहिण दोघे घरी होते. भाऊ बाहेर गेला होता. वहिनी पण कामावर गेल्या होत्या. एक दहा वर्षाचा लहान मुलगा देखील तिथे होता. थोडा उचापत्यात वाटत होता. बहुदा शेजारचा कोणी असेल असे मला वाटले. अगदी बोलत असताना थोडा वेळ बाजुला बसलेला तो पोरगा हळूहळू सरकत आला आणि थेट माझे सामान उचकायला लागला. मी आपला शांतपणे त्याला म्हणालो, अरे बाळा असं करु नये. माझ्या बहिणीला पण हसू आले ती आली व सरळ त्याच्या पाठीत जोरदार धपाटा घालून "मुनीर हट इधर से चल अंदर जा भाग" असे डोळे वटारुन त्याच्याकडे पाहत बोलली. तो मुलगा फारसा काही फरक न पडल्यासारखा इकडे-तिकडे हात लावत काही गोष्टी मुद्दाम पाडत आतल्या खोलीकडे गेला. मला जरा विचित्र वाटले. पण मी फारसा खोलात गेलो नाही. माझा भाऊ आल्यावर काय ते मला समजणार होते. बहिणीच्या वागण्यावरुन हे मुनीर प्रकरण शेजारचं नव्हतं तर काहीतरी वेगळ होतं. हे माझ्या लक्षात आलं. त्याला मराठी येत नाही. तो आंध्रातला आहे. बहिणीने माझ्या ज्ञानात भर घातली. तो आंध्रप्रदेशातील मग तो इथे काय करतोय? हे एक कोडे होते. दिवसभर त्या मुलाचे चाळे मी पाहत होतो. त्याला बाहेर खेळायला जाऊ दिले जात नव्हते. जे काही करायचे ते घरातच. शिवाय घरात देखील बंधने होती. याला हात लावायचा नाही, त्याला हात लावायचा नाही, सूचना, ओरडा व धपाटे यांचे सत्र सुरुच होते. पण साहेबांना काही विशेष फरक पडत नव्हता. बरेचदा तर तो मुद्दाम चुका करत असल्याचे लक्षात येत होते. चिडवण्यामध्ये मुनीरला आनंद वाटत असावा. संध्याकाळी भाऊ आला. इतर गप्पा झाल्या. मग जेवणं आटोपली. तसा भाऊ मला म्हणाला चल जरा बाहेर एक चक्कर मारुन येऊ. पाऊस देखील थांबला होता. बाहेर गारवा होता. आम्ही चक्कर मारायला बाहेर पडलो. मी विषय काढण्याआधीच भावाने बोलायला सुरुवात केली.

त्यांचा एक मित्र समाजसेवक आहे. तो एका एन.जी.ओ. मध्ये काम करतो. ही एन.जी.ओ. परप्रांतातून मोलमजुरी करायला आलेल्या मजुरांच्या मुलांना शिकवण्याचे काम करतात. ह्या मुलांची हॉस्टेलची सोयपण करुन देतात. जेणेकरुन मुलांचं शैक्षणिक नुकसान होऊ नये. कारण मजुर विविध बांधकामांवर असतात त्यांचा राहण्याचा एक ठिकाणा नसतो. कॉन्ट्रॅक्टर सांगेल त्या ठिकाणी कामाच्या साईटवर त्यांना राहावे लागते. तेव्हा त्यांच्या मुलांना शिक्षणासोबत हॉस्टेल देखील ही संस्था मिळवून देते. हिंदी मिडियम किंवा उपलब्ध असल्यास त्यांच्या भाषेतील शिक्षण त्यांना देण्यात येते. हे सर्व करताना मुनीरची

एक वेगळीचे केस माझ्या भावाच्या मित्रासमोर आली. आंध्रप्रदेशातून मजुरी करीता आलेल्या एका ग्रुपमध्ये मुनीर व त्याचे आई-वडिल होते. एन.जी.ओ. ची लोक ह्या मजुरांच्या वस्तीत आले व पाहणीमध्ये मुनीर शाळेत जाण्याच्या वयाचा असल्याने त्यांनी त्याचे आई-वडिल व कॉन्ट्रॅक्टर यांच्याशी बोलुन त्याचा ताबा घेतला. त्याचा रीतसर शाळा व हॉस्टेलमध्ये प्रवेश झाला. जोपर्यंत शाळा सुरु असते. तोपर्यंत हॉस्टेल अवेलेबल असते. पण शाळेला सुट्टी लागली की या मुलांना तिथे राहता येत नाही. गणपती, दिवाळी, तसेच उन्हाळा अशा मोठ्या सुट्ट्यांना या मुलांना त्यांच्या आई-वडिलांकडे किंवा गावी पाठवावे लागते.

गेल्या वर्षी भावाचामित्र व त्याचे कर्मचारी त्या हॉस्टेलमधून मुलांना त्यांच्या आई-वडिलांकडे सोडायला गेले तेव्हा मुनीरचा भलताच प्रॉब्लेम त्यांच्या लक्षात आला. जे मुनीरचे आई-वडिल त्यांना वाटले होते ते त्याचे आई-वडिल नव्हतेच. ते केवळ त्याच्या गावातील ओळखीचे होते. अत्यंत गरीब व दयनीय कुटुंबातून मुनीर होता. घरी खाण्या-पिण्याचे वांदे. त्यात मुनीरच्या आई-वडिलांचे एकमेकांशी अजिबात पटत नव्हते. वादावादीचा शेवट असा विचित्र झाला की त्या दोघांनी दुसरे लग्न केले. आणि लग्नाची दोन्ही कडची एकच अट होती की मुनीरची जबाबदारी दोघांनाही नको होती. त्याच्या आईच्या दुसऱ्या नवऱ्याने त्याच अटीवर तिच्याशी लग्न केले व मुनीरच्या नव्या आईने देखील हीच अट घातली होती. दोन सख्खे व दोन सावत्र असे चार आईबाप असलेला मुनीर अनाथ व पोरका झाला. शेजार- पाजाऱ्यांना काय करावे सुचेना. मुंबई, पुण्याकडे मजुरांच्या मुलांना सांभाळणारे, शिकवणारे त्यांना खाऊ-पिऊ घालणारे एन.जी.ओ. असल्याचे काही लोकांना माहित होते. म्हणून या लोकांसोबत त्याला गावातून इकडे पाठविले होते. आणि अशारीतीने मुनीर इथे आला होता. आता प्रश्न हा होता की सुट्ट्यांमध्ये त्याला कोणताच आधार नव्हता. व हॉस्टेलमध्ये ते नियमाप्रमाणे ठेवत नव्हते. काय करावे हा मोटा प्रश्न समोर होता. तेव्हा त्या प्रोजेक्टवर काम करणाऱ्या भावाच्या मित्राने असा प्रस्ताव ठेवला की त्यांच्या एन.जी.ओ. मधील सहकाऱ्यांनीच त्याला प्रत्येक सुट्टीत आपापल्या घरी ठेवावे. म्हणजे प्रत्येकाने एक-एक सुट्टी वाटून घ्यावी. तो सगळ्यांनी मान्य केला. या आलेल्या सुट्टीची सोय माझ्या भावाच्या मित्राकडे होणार होती. पण त्याच्या नातेवाईकांचे लग्न ठरल्याने तो तिकडे जाणार होता. तिथे समाजसेवा कोणाला पसंत नव्हती. त्यामुळे पुन्हा मुनीरचे काय करावे हा प्रश्न होता. भावाच्या मित्राने माझ्या भावापाशी याबाबत चर्चा केली आणि भावाने हा प्रश्न सोडवला. तो या सुट्टीत मुनीरला त्याच्या घरी घेऊन आला.

आमची चक्कर मारुन झाली होती. आम्ही घरी गेलो एका बाजुला मुनीर कोपऱ्यात गाढ झोपला होता. त्याच्याकडे बघताना एका छायाचित्र प्रदर्शनात पाहिलेले एक चित्र आठवले. कोणत्यातरी दंगलीमध्ये आई गमावलेली एक लहान मुलगी रस्त्यावर खडून आपल्या आईचे एक चित्र काढून त्या चित्रावर आईच्या कुशीत झोपल्याप्रामणे गाढ झोपी गेलेली. आज मुनीर मला तसाच दिसत होता.

कोणाच्या काय समस्या असतील तर कोणाच्या काय? आपल्या समाजात हिंसाचार, क्रौर्य आणि परस्परांमधील माणुसकीचा अभाव या पार्श्वभूमीवर आजचा दिवस विलक्षण टरला. सकाळी घडलेली पाण्याची घटना नंतर वडापाववाल्या जवळील त्या मुलीचा प्रसंग आणि हा मुनीर. आपल्या सुरक्षित कोशातून बाहेर येत या घटनांमध्ये माणुसकी कुठे हरवलेली दिसते तर कुठे अजुनही जीवंत दिसते. आपण काय मिळवलय आणि काय गमावलय याचा प्रत्येकाने आपला आपणच विचार करावा. ●

हसा

बबन :अरे माझी प्रेयसी रोज १००रु मागते. गेल्या ३ महिन्यापासून रोज तिचे हेच सुरु आहे.

सदानंद : आश्वर्य आहे! एवढ्या ५० रुपयाचे ती करते तरी काय?

बबन : पण मी तर तिला रोज १०० रुपये देतो.

सदानंद : तेच! ती मला ५० रोज रु. देते!





लखनवी अनारसे

साहित्य : २५० ग्रॅम सुवासिक तांदूळ, १०० ग्रॅम पिटीसाखर, पाव कप दूध, ५० ग्रॅम खसखस, पांढरे तीळ व बदाम काप, तळण्यासाठी तेल.

कृती : तांदूळ तीन दिवस भिजवून, वाळवून दळून घ्या. मग त्यात पिटीसाखर व एक चमचा तेलाचे मोहन घालून पीठ मळून ७-८ तास झाकून ठेवा. मग थोडे दूध लावून चांगले मळून घ्या. एका डिशमध्ये खसखस, तीळ व बदामाचे काप पसरवून ठेवा. गोळ्याची एक लाटी घेऊन खसखशीच्या मिश्रणात बुडवून थापून गरम तुपात खरपूस तळून घ्या.

पान करंजी

साहित्य : १०० ग्रॅम खवा, अर्धा कप रवा, ४ चमचे साखर, वेलची पूड, खारीक १ चमचा कापलेली, पान इसेन्स, अर्धा चमचा बडीशेप, १ चमचा गुलकंद, १ चमचा टुटीफ्रुटी, १ कप मैदा, तूप, दूध.

कृती : प्रथम खवा भाजून घ्यावा. तेल सुटेपर्यंत परतून घ्यावा. नंतर रवा भाजून घ्यावा. खव्यामध्ये मिक्स करुन थंड करावे. त्यात साखर, वेलची पूड, खारीक पान इसेन्स, बडीशेप, गुलकंद, टुटीफ्रुटी व चवीप्रमाणे मीठ घालून हे सर्व मिश्रण एकत्र करावे. दुधामध्ये पीठ मळावे. नंतर याचे छोटे गोळे करुन पुरी करावी. त्यात वरील सारण भरावे. करंजीचा आकार देऊन गॅसवर डीपफ्राय करावे.





कणकेचे लाडू

साहित्य : २ वाट्या कणीक, अर्धी वाटी साजुक तूप, बारीक किसलेला १ वाटी गुळ, वेलदोडा, जायफळ पूड पाव चमचा.

कृती : साजुक तुपात कणीक खमंग भाजुन घ्यावी. मिश्रण गार झाले की त्यात किसलेला गुळ, जायफळ घालावे. हाताने मऊ होईपर्यंत मळावे व लाडू वळावे. हे पौष्टीका लाडू छान लागतात.





बटाटा-मैदा तिखट शंकरपाळ्या

साहित्य : पाव किलो मैदा, २ मध्यम बटाटे, मीठ, लाल तिखट, तेल, ओवा व जिरे.

कृती : बटाटे उकडून घ्यावेत. ते चांगले कुस्करुन पीठासारखे करावेत. मैदा घेऊन त्यात चवीनुसार मीठ, लाल तिखट, तेल, ओवा, जिरे घालून मिश्रण चांगले मळून घ्यावे. नंतर त्याच्या शंकरपाळ्या कराव्यात. तेल तापल्यावर मध्यम आचेवर त्या तळाव्यात.

रताळ्याचा शिरा

साहित्य : अर्धा किलो रताळी, नारळाचा चव १ वाटी, गुळ किंवा साखर १ वाटी, वेलदोडा, १ वाटी तूप

कृती : रताळी उकडून मॅश करुन घ्या. तूप घालून लाल होईपर्यंत भाजा. त्यात गुळ घाला घाला. चांगली वाफ आणून नारळाचा चव घाला. नंतर वेलची पूड घाला. रताळ्याचा शिरा तयार



पाकातील शंकरपाळे

साहित्य : १ वाटी मैदा, ४ चमचे तेल, आवश्यकतेनुसार दूध, साखर अर्धी वाटी, तेल.

कृती : एका बाऊलमध्ये मैदा, तेल व मीठ घालून मिक्स करणे. आवश्यकतेनुसार दूध घालून घट्टसर गोळा भिजवून १० ते १५ मिनिटे झाकून ठेवावे. एक गोळा घेऊन पोळी लाटून त्यावर तेल लावून थोडा मैदा पसरावा. एकावर एक अशी लांबट घडी करुन परत तेल व मैदा लावून चौकोनी घडी करणे. चौकोनी आकारात जाडसर पोळी लाटून त्याचे शंकरपाळे कापून तापलेल्या तेलात गुलाबी रंगावर तळून घेणे.

पाक : एका कढईत साखर घालून साखर बुडेल एवढे पाणी घालून तीन तारी पाक करुन त्यात वेलची पूड अर्धा चमचा घालणे. मिक्स करुन वरील शंकरपाळे त्यात हलक्या हाताने मिक्स करणे. तूप लावलेल्या ताटलीत शंकरपाळे सुटे करुन ठेवणे. थंड झाल्यावर शंकर पाळ्यावर साखरेचा छान थर येतो.

इटालियन पोटॅटो ओले

साहित्य : बटाटे ५०० ग्रॅम, कॉर्नफ्लॉवर २ टी स्पून, पनीर दीड टी स्पून, टोमॅटो सॉस.

कृती : बटाटे उकडून सोलून घ्या. त्यात पनीर, कॉर्नफ्लॉवर घाला. चांगले मळून एका पसरट भांड्याला आतुन तेलाचा हात लावा. मिश्रणाच्या वड्या करा. भांड्यावर थापा, तेलात तळून घ्या. बटाट्याची सुकी भाजी वाढतो तशी ही ओले वाढा. वरुन सॉस घाला.







भाताचा चिवडा

साहित्य : २ वाट्या बासमती भात, अर्धी वाटी शेंगदाणे, १०-१२ काजु पाकळ्या, खोबऱ्याचे पातळ काप, अर्धी वाटी कढीपत्ता, मिरच्यांचे बारीक तुकडे, साखर, मीठ, तळण्यासाठी तेल.

कृती : बासमतीचा भात उन्हात कडकडीत वाळवावा. तेल तापवून त्यात भात तळा, शेंगदाणे, खोबरे काप, काजू तळा. त्यावर मीठ साखर घाला. सर्व मिश्रण एकत्र करा. भाताचा चिवडा तयार. हा चिवडा खूप सुंदर लागतो. आपण नेहमी पोह्याचा चिवडा खातो. म्हणून जरा वेगळा प्रकार करुन पाहा.

पोळीची चकली

साहित्य : शिळ्या पोळ्या मिक्सरमध्ये टाकून बारीक केलेला रवा १ वाटी, तांदळाचे पीठ १ वाटी, १ मोटा चमचा ज्वारीचे पीठ, पातळ पोह्यांचा रवा मिक्सरमध्ये काढलेला २ मोटे चमचे, तीळ एक ते दीड मोटा चमचा, ओवा १ चमचा, धने-जिरेपूड १ चमचा, पाव वाटी किसलेला कांदा, हिरवी मिरची,लसूण पेस्ट, १ मोटा चमचा, हळद अर्धा चमचा, तिखट १ चमचा, तेल १ मोटा चमचा व मीठ चवीनुसार, १ चमचा चिरलेली कोथिंबीर, तळण्यासाठी तेल.

कृती : एका बाऊलमध्ये वरील सर्व साहित्य घेऊन एकत्र मिसळून घ्यावे. आवश्यकतेनुसार पाणी घालून खुप घट्ट व खुप सैल नसावे. चकली पाडण्याइतपत गोळा भिजवून घेणे. प्लस्टिकच्या पेपरवर चकली पात्राला तेल लावून गोळा घालून चकल्या पाडून घेणे. कढईत तेल तापवून त्यात चकल्या टाकून गोल्डन रंगावर तळून डीशमध्ये काढणे. लोणी किंवा दह्याबरोबर गरमा-गरम चकली खाण्यास द्यावी.







शाही सब्जी

साहित्य : फ्लॉवरचा लहान गड्डा १, बारीक **चिरलेला घेवडा,** १ कप गाजराचे लहान तुकडे, १ कप, ताजे मटार दाणे, मलई १ कप, बटाटे २, १ कप दूध, २ कांदे, टोमॅटोचा दाट रस अर्धा कप, तूप, मीठ, मिरपूड, तेल, मैदा २ टी स्पून.

कृती : फ्लॉवरचे तुरे काढा. सर्व भाज्या धुवून घ्या. प्रत्येक भाजी हलक्या रंगावर तळून घ्या. कांद्याचे लहान चौकोनी तुकडे कापा. कढईत थोडे तेल टाका. त्यावर हे तुकडे हलक्या रंगावर परता. त्यावर मैदा परतावा. त्यावर मलई ओता. आतील तूप वेगळे होईपर्यंत परता. मग त्यात उरलेल्या भाज्या घाला. दोन मिनिटे परता. वरुन मीठ, तिखट, टोमॅटोचा रस घाला. बाजुने थोडे तूप सोडा. दोन मिनिटे परतून आच बंद करा.

मूग सुप

साहित्य : पाऊण वाटी हिरवे मुग, १ चमचा लिंबाचा रस, २ चमचे तूप, अर्धा चमचा जिरं चिमूटभर हिंग, मीठ, मिरपूड चवीप्रमाणे.

कृती : मुग ६-७ तास भिजवून उपसून ते शिजवून घ्यावेत. शिजविलेले मुग मिक्सरमधून मऊ वाटून घ्यावे. तूप, जिरे, हिंगाची फोडणी करुन त्यात मुगाचे वाटण घालून ६ कप पाणी व मीठ मिरपूड घालून उकळी आणावी. हे मिश्रण गाळुन घ्यावे. खाली उरलेले पाणी सूप म्हणून प्यावे. वरच्या उसळीचे तिखट मीठ घालून थालिपीट लावून टाकावे.



बनाना शेव

साहित्य : २ वाफवलेली केळी, २ चमचे गव्हाचे पीठ उपवास असेल तर शिंगाड्याचे पीठ घालावे. मीठ, मिरी पावडर अर्धा चमचा.

कृती : उकरमध्ये उकडलेली केळी कुस्करुन घ्यावी. त्यात गव्हाचं पीठ किंवा शिंगाड्याचे पीठ घ्यावे. १ केळ्यासाठी १ चमचा पीठ घ्यावे. थोडं पाणी घालावे. मीठ घालावे व मळावे. साच्यात जाडी शेवची जाळी घालावी. शेव पाडावी व तळावी. वरुन मिरीपावडर घालावी.

अननस भात

साहित्य : २ वाट्या शिजवलेला भात, अर्धी वाटी अननसाचे तुकडे, पाव वाटी कोथिंबीर, मिरपूड, मीठ चवीप्रमाणे, १ चमचा क्रीम, अर्धी वाटी चिरलेली गाजर, पाव वाटी वाफवलेली सिमला मिरची.

कृती : एका पसरट बाऊलमध्ये भात पसरावा. त्यावर सिमला मिरची, गाजराचे तुकडे, अननसाचे तुकडे, मीठ, मिरपूड, कोथिंबीर व क्रीम हे सर्व साहित्य एकत्र करावे व फ्रीजमध्ये टेवावे. थंड झाल्यावर सर्व्ह करावे.

तिरंगी दहीवडे

साहित्य : १ वाटी उडीद डाळ, दही, आलं, मिरची, साखर, मीठ, बीट किंवा गाजर, मटार, तेल.

कृती : डाळ चारपाच तास भिजवून चवीपुरते मीठ व थोडे पाणी घालून वाटावी. एका पातेल्यात काढून फेटून घ्यावी. १ वाटी मटार, १ गाजर किसून दोन्ही वेगवेगळे शिजवून घ्यावे. शिजल्यानंतर त्यात १ उकडलेला बटाटा कुस्करुन घालावा. चवीप्रमाणे मीठ, आमचूर, मिरची घालावी. एकजीव करुन त्याचे गोळे करावेत. प्रथम हिरवा गोळा घ्यावा त्याचेवर लाल गोळ्याचे कोटिंग करावे. नंतर उडदाचे पिटात बुडवून तळावे. देताना प्रत्येक वडा अर्धा करुन डिशमध्ये टेवावा. व वरुन दही घालावे.





मोतिया लाडू

साहित्य : १ वाटी बेसन, मूट वळेल इतपत तेल, पाणी आवश्यकतेनुसार.

कृती : एका बाऊलमध्ये बेसन घालून त्यात मूट वळेल इतपत मोहन घालणे. आवश्यकतेनुसार पाणी घालून घट्ट गोळा भिजवून मुटीच्या आकाराचे गोळे करणे. कढईत तेल तापवून वरील मुट त्यात सोडून मंद आचेवर गुलाबी रंगावर तळून घेणे. थंड करुन हाताने चुरा करुन मिक्सरमध्ये रवाळ वाटून घेणे.

पाक : कढईत १ वाटी साखर घेऊन साखर बुडेल एवढे पाणी घालून सतत ढवळून एक ते दीड तारी पाक करणे. वरील बेसनाचा रवा पाकात घालणे. १ चमचा वेलची पूड १ मोटा चमचा काजू, किसमिस व अर्धी वाटी ते पाऊण वाटी साजूक तूप घालून मिश्रण चांगले मिक्स करुन छोटे छोटे लाडू वळणे. डीशमध्ये लाडू काढून सर्व्ह करणे.



- **दिवाकर केशव म्हात्रे** मुंबई.

रविवारी नेहमीप्रमाणे मी बाजारात मच्छी आणण्यासाठी गेलो. नेहमीच्या कोळणीकडे मच्छी घेण्यासाठी पिशवी देताना तिथे उभ्या असलेल्या एका सुंदर तरुणीला नकळत माझा धक्का लागला आणि ती भडकली. मला म्हणाली ओ मिस्टर तुम्हाला आया-बहिणी आहेत की नाही. सुंदर मुलगी दिसली की दिली धडक. जरा डोळे उघडे ठेवून बाजारात फिरा. जनाची नाही पण मनाची बाळगा. मी तिला म्हणालो, मॅडम तुमच्या सौंदर्याचा एवढा ग आहे तर घरी मखरात बसा. हा मच्छी बाजार आहे. इथे अठरा पगड जाती धर्माचे लोक येतात. गर्दीत चुकून धक्का लागतो. त्याचा एवढा इशू करण्याची आवश्यकता नाही. अन् धृतराष्ट्र वगैरे बोलण्याची गरज नाही. मी सुशिक्षित आणि सुसंस्कृत घरचा मुलगा आहे समजले. मासळीची पिशवी माझ्या हाती देताना कोळीण म्हणाली, पोरी तो खरच चांगल्या घरचा मुलगा आहे. त्याने मुद्दाम नसेल धक्का मारला चुकून लागला असेल. हा मासळी बाजार आहे. गर्दीत होतं असं रागावू नको.

मी मच्छी घेऊन घरी आल्यावर माझा उतरलेला चेहरा पाहून आईने मला विचारले अरे सुभाष तु असा दुर्मुखलेला का दिसतोस? शकुने मच्छी महाग दिली का? नाही आई. अग तिथे माझा एका मुलीला नकळत धक्का लागला. तेव्हा तिने माझा उध्दार केला. अरे कदाचित तिला तु आवडत असशील. अनेक वेळा तिने तुझ्याशी बोलण्याचा प्रयत्न केला असेल. तु तिला प्रतिसाद दिला नसशील म्हणून तिने ही वाकडी वाट चोखळली असेल. सोडून दे ते मनावर घेऊ नकोस. मी चार पाच दिवस तिच्या त्या वाक्याने उद्विग्न होतो. माझे मन अस्वस्थ झाले की मी मन:शांतीसाठी सिध्दीविनायकाच्या दर्शनाला जातो. त्याप्रमाणे शनिवारी बँक सुटल्यावर मी सिध्दीविनायकाच्या देवळात गेलो. लाईन मुंगीच्या गतीने सरकत होती. मी एकदाचा त्या गर्दीच्या लोंढ्याबरोबर गाभाऱ्यात पोहोचलो. दर्शन घेऊन बाहेर पडताना गाभाऱ्यात नेमका त्याच बयेला धक्का लागला. गाभाऱ्या बाहेर पडताच मला अडवून विचारले काय हो? तुम्ही मला धक्का मारण्याचा पण केला आहे का? बाजारात धक्का मारलात चुकून लागला आता काय झाले? आता पण चुकूनच लागला का? मॅडम हे मंदिर आहे. इथे लोक भक्तीभावाने दर्शन घ्यायला येतात. मनातील किल्मिष काढून

टाकून माझ्या हातून ह्या अगोदर चुकून काही पाप घडले असेल त्याबद्दल क्षमा कर असे देवाला सांगायला येतात. परंतु तुम्ही भांडकुदळ आहात. सार्वजनिक जागा म्हणजे तुम्हाला भांडणाचा आवाडा वाटतो. त्याला माझा नाईलाज आहे. अहो मिस्टर शब्द जपून वापरा आणि दुसऱ्यावर आरोप करताना आपण किती स्वच्छ आणि चरित्र्यवान आहोत ते पारखुन घ्या. तुमच्याप्रमाणे मी सुध्दा सुशिक्षित, सुसंस्कृत घरची मुलगी आहे. बाजार बसवी नाही. उटसुट तुमच्याशी भांडत बसायला माझ्याकडे वेळ नाही. तुम्हीच जरा आपले कुठे चुकते ते शोधा म्हणजे कळेल आपण कुठे चुकलो ते?

मी अनेक दिवस विचार करीत होतो. आपल्याला एम. कॉम पर्यंत शिकताना शाळा-कॉलेजात एवढ्या मुली भेटल्या. पण असा नमुना कुठे भेटला नाही. एकदम खविस मुलगी आहे. दोन वेळा विनाकारण माझी काहीही चूक नसताना माझ्याशी भांडली. त्यातून मी एक शिकलो अशा सुंदर मुलींपासून दूर राहू लागलो. पण आपण खूप टरविले तरी नियतीच्या मनात जे असते ते ती बरोबर घडवून आणते. एक दिवस मी बँकेतून घरी परतताना रस्त्यात माझ्या बँकेतील सहकारी सौ. अनुराधा मॅडम त्या दिवशी बँकेत आल्या नव्हत्या. त्या संध्याकाळी भाजीची पिशवी घेऊन अचानक माझ्यासमोर आल्या अन् मला अडवित म्हणाल्या अरे सुभाष आज तुला एवढा उशीर का झाला? मॅडम ट्रेन लेट असल्याने उशीर झाला. पण तुम्ही आज दांडी सहज मारलीत ना! की, काही विशेष होते? नाही रे नातेवाईकाचे लग्न होते सकाळी. ते उरकले आता उद्याच्या डब्यासाठी भाजी हवी म्हणून आले बाजारात. असे आमचे बोलणे चालले असताना ती महामाया तिथे प्रगटली. अनुराधा मॅडमना म्हणाली काकू भाजी घेऊन झाली असेल तर चला उगाच फालतू माणसाबरोबर बडबड कशाला करता? अग स्वप्नाली हा सुभाष तरे माझ्या बँकेत आहे. तो कुणी फालतू माणूस नाही चांगला एमकॉम आहे. अहो असू द्या. आपल्याला त्याचे लोणचे भरायचे नाही. असे म्हणून फणकारत निघून गेली.

मी घरी आल्यावर हातपाय धुवून चहा घेत बसलो असताना आई मला म्हणाली अरे सुभाष आम्ही मैत्रिणी पुढच्या महिन्यात ट्रिपला जाणार आहोत. तु सुध्दा माझ्याबरोबर यायला हवस. अग आई आपण दोघच तर एकमेकाला आधार आहोत. तेव्हा मी तुला नाही कसे म्हणणार? पण तुमची ही ट्रिप कुठे चालली आहे? कधी जाणार आहे? अन् किती दिवसांची आहे? अरे राजा बऱ्याच दिवसापासून माझ्या मनात होते. अष्टविनायकाला जावे. मैत्रिणीनी आज मला विचारले येतेस का? मी हो म्हटले. ट्रिप पुढच्या महिन्यात नाताळच्या चार दिवसाच्या सुट्टीत. खरे तर तीनच दिवसाची आहे. पण वेळ उशीर झाला तर! बरं मी पैसे देतो ते भरुन टाक. आपण जाऊ या. बाबा गेल्यानंतर तू पहिल्यांदाच बाहेर पडतेस मला खूप बरे वाटले.

आम्ही ट्रिपला निघालो. कुर्ला म्यू. प्रा. शाळेजवळन रात्री १० वाजता बस सुटणार होती. आम्ही बॅग घेऊन ९ वाजता रिक्षाने पोहचलो. तर समोरच ती महामाया आपल्या आईसोबत हजर होती. तिला पाहून माझ्या तळपायाची आग मस्तकात गेली. उगाच आलो ट्रिपला. सगळा मुड गेला. ती मला पाहुन खुदकन हसली. अन् आपली लांबसडक वेणी समोर घेऊन मला म्हणाली, तुम्ही ट्रिपला आलात ते बरे झाले. आपली नव्याने ओळख होईल. कदाचित मी मनी मानसी बाळगलेले स्वप्न पूर्ण होईल. मी तिच्या बोलण्याकडे लक्ष न देता आमच्या ट्रिपच्या आलेल्या बसमध्ये बॅग घेऊन आईबरोबर जाऊन बसलो. पुढे बस चेंबुर, गोवंडी, मानखुर्द मधील यात्रेकरु मंडळीस घेत-घेत मुख्य रस्त्याला लागली. पहाटे पाच वाजता महडला पोहचली. तिथे बऱ्याच मंडळीने तळ्यातील थंड पाण्यात आंघोळ केल्या. काहीनी गरम पाणी विकत घेऊन अंघोळी केल्यावर देवदर्शन होताच संयोजकानी दिलेला गरम-गरम उपमा चहा घेऊन पुढील प्रवासाला निघालो. पुढे पालीच्या बल्लाळेश्वराचे दर्शन घेऊन निघालो असता वाटेतील बोंबल्या विठोबाचे दर्शन घेऊन तिथेच न्याहरी आटोपून पुढे निघालो. देहुला जाऊन तुकाराम महाराजांचे दर्शन घेऊन आळंदीला मुक्कामास गेलो. तिथे मोठ्या सभागृहात निवासाची सोय होती. जेवण झाल्यावर सोनेरी पिंपळ

पहायला गेलो. तिथे ती मला आडवी येत म्हणाली,

प्रिती सारीका गीत तिथेच ऐकावे कानी।

बनवावे धुंद मन रंगून काव्यसुधानी।

मी तिच्या त्या काव्याकडे दुर्लक्ष करुन ताडताड चालत वस्तीस्थानी पोहचलो. पण रात्रभर झोप आली नाही. कारण एवढी भांडकुदळ बाई अशी जमिनीवर कशी आली? ती आपल्या प्रेमात तर पडली नाही ना? सकाळी अंघोळी करुन नाश्ता चहा घेऊन भिमाशंकरला गेलो. तिथे गाभाऱ्यात माझ्या बाजुला उभी राहून म्हणाली, नाकावरचा राग जाणार कधी? माझ्याशी बोलणार कधी? मी दर्शन घेऊन काहीही न बोलता निघून आलो. परंतु तिने माझा पिच्छा सोडला नाही. तिथून आम्ही मोरगावला गेलो. तेथे एका ब्राम्हणाच्या घरी वस्तीची सोय केली होती. रात्री जेवण झाल्यावर बाहेर पिठुर चांदणे पडलेले पाहून आम्ही पाच सहा पुरुष मंडळी जवळच असलेल्या देवळापर्यंत पाय मोकळे करायला निघालो. सकाळी गडबडीत निट दर्शन घेता आले नाही. तर आता निवांतपणे घेऊ असा विचार होता. आम्हाला निघालेले पाहून ती सुध्दा चार पाच तरुणींना घेऊन पाठोपाठ निघाली. आम्ही देवळात पोहचलो त्याच वेळी ती सुध्दा आली. मला अडवित म्हणाली, अहो साहेब थांबा बाहेर पडलेल्या पिठुर चांदण्यात तुमच्यासवे फिरण्याचा आनंद मिळू द्या.

मी तिच्या त्या आर्जवाकडे दुर्लक्ष करुन बरोबरच्या लोकांबरोबर निघालो. तेव्हा रेडकर म्हणाले तरे साहेब ती मधुबाला तुमच्यावर एवढी फिदा आहे. तर प्रतिसाद द्या ना! अंतरीची हाक वेडी घालते रे! वाट काट्यांची अशी चालते रे! अशी आर्त साद हृदयापासून घालत आहे ती. अहो रेडकर हे आगरी लोक एखाद्याला जीव लावला तर त्याच्यावर जीव ओवाळून टाकतील पण एकदा का दुष्मनी धरली तर सात पिढ्या भांडत बसतील. अगदी सर्वस्व पणाला लावून. तसं नाही रे रेडकर ती मुलगी ह्यांच्यापुढे प्रेमाच्या पायघड्या घालत आहे तर तिला यांनी प्रतिसाद द्यावा असे मला वाटते. तुमचे म्हणणे खरे आहे हो तरे! सुख आपल्या पायरीपर्यंत येण्याची वाट पाहू नये. ते जिथे असते तिथेच जावे, ते वेचावे त्यात मान अपमानाचा प्रश्न नसतो. असे मला वाटते. आम्ही वस्तीस्थानी आल्यावर शांतपणे झोपण्याचा प्रयत्न केला. पण झोप पाठशिवणीचा खेळ खेळत होती. मी रेडकर आणि तांबे च्या बोलण्याचा विचार करीत असताना मला पटले. प्रेम म्हणजे जीवन, प्रेमावाचून जीवन म्हणजे पाण्याशिवाय नदी, ज्योतिशिवाय दिवा, तेव्हा तिने मैत्रिचा पुढे केलेला हात स्विकारु या. पण तिचा स्वभाव त्याला काय औषध?

सकाळी आम्ही सर्व मंडळी देवळात गेलो. तेव्हा तिथे आरती चालली होती. ती संपल्यावर बरोबरीच्या मुलींपैकी काहीनी भावगीते म्हटली. त्यात त्या सुंदरीने सुध्दा क्षणभर उघड नयन देवा हे गीत म्हणून सर्वांची मने जिंकली. आम्ही पुढे ओझर, लेण्याद्री, सिध्दटेक इथे जाऊन दर्शन घेऊन रांजणगावला वस्तीला आलो. मी जेवणानंतर एकांतात बसलो असताना ती माझ्याजवळ येऊन म्हणाली, का रे दुरावा? मी तुझ्याशी का भांडले? ते अजुन तुझ्या लक्षात येत नाही का? ज्याच्यात ओढ असते, प्रेम असते तिच माणसे भांडतात हे तुला कळत नाही का? मी तुझ्याशिवाय जगू शकणार नाही. तू माझ्या प्रेमभावनेला प्रतिसाद दे. कृपा करुन माझ्या प्रेमाचा स्विकार कर. मला आपली म्हण. तू समजतोस तशी मी नाहीये. मी तिला उत्तर न देता उठून निघून गेलो. पण ती निराश झाली नाही की तिने मला मनवाचे प्रयत्न सोडले नाही. दुसऱ्या दिवशी सकाळी गणपतीचे दर्शन घेऊन पुणे गांठले. तेथील चिंतामणीचे दर्शन करुन जेजुरीला गेलो. गड चढून गेल्यावर भंडारा उधळताना तिचा तेथील पितळी कासवावरुन पाय घसरुन ती माझ्या अंगावर पडली. मी तिला अलगद झेलली. तेव्हा ती माझ्या गळ्यात मिठी मारुन म्हणाली, याचसाठी केला होता अट्टहास राजसा! खंडोबाचे दर्शन घेऊन खाली आलो. मैदानातील झाडाखाली सावलीत शांतपणे जेवण करुन निघालो. पुण्यात पेरु आणि इतर फळे खरेदी करुन संध्याकाळी लोणावळ्याला आलो. तिथे चिक्की घेत असताना अवचित येऊन म्हणाली, ही माझ्याकडून चिक्की आणि हा माझा मोबाईल नंबर. आठवण आली, फोन करावसा वाटला तर करा. शोधून कधी सापडत नाही, मागुन कधी मिळत

नाही. वादळ वेडं घुसते तेव्हा, टाळू म्हणता टळत नाही! मी तिच्या तोंडाकडे पाहतच राहिलो. खरच ही आपल्या प्रेमात पडली आहे. आता ती आपल्या शिवाय जगू शकत नाही आणि आपणही तिच्याशिवाय. बहिणाबाईंनी सांगितले आहे ना मन हे उभ्या पिकातले ढोर, किती हाकला फिरुन माघारी येते. तसेच झाले माझे.

दुसऱ्या दिवशी मी बँकेत हजर झालो. पण मन तिच्या आठवणी भोवती पिंगा घालत होते. मी तिला विसरण्याचा प्रयत्न करीत होतो. पण विसरलो नाही. उलट अधिकच गुरफटू लागलो. एक दिवस जेवणाच्या सुट्टीत अनुराधा मॅडम माझ्याजवळ येऊन खांद्यावर हात ठेवून म्हणाल्या, सुभाष रबर ताणला ना की तुटतो. तेव्हा जास्त न ताणता तू.. मॅडम तुम्ही कशाबद्दल बोलता? कोणत्या विषयाबद्दल बोलता? मला समजेल अशा भाषेत बोला. अरे तु ज्या मुलीला जेजुरीला भंडारा उधळताना आपल्या हातावर फुलासारखी झेललीस ना त्या मुलीबद्दल. वाळवंटात पाण्यासाठी हरणी तडफडते ना तशी ती तुझ्या प्रेमासाठी तडफडत आहे. तिला तू प्रेमरुपी पाणी पाजुन तृप्त कर, शांत कर. मॅडम तिने दोन वेळा सार्वजनिक ठिकाणी माझा अपमान केला. ती पण माझी काहीही चूक नसताना. अशा उर्मट मुलीबरोबर मी संसाराचा डाव मांडून माझ्या आईच्या आणि माझ्या इज्जतीची लक्तरे वेशीवर टांगुन घ्यायला मला कुत्रे चावले नाही. सुभाष तु समजतोस तशी ती मुलगी नाही. मी तिला लहानपणापासून ओळखते. आम्ही दोघी एकाच माळ्यावर राहतो. ती चांगली एम.ए.पी. एच. डी आहे. गेल्या दोन वर्षापासून ती तुझा पाठलाग करतेय, तुझ्याशी बोलुन आपले प्रेम व्यक्त करण्याचा प्रयत्न करतेय. पण तू नर्मदेतील गोट्यासारखा कोरडा आहेस. काहीच प्रतिसाद देत नाहीस. तू तिच्याशी एकदा बोलावेस. त्यातून संवाद होऊन मन व्यक्त करता येईल म्हणून तिने हा मार्ग पत्करला. त्याला सुध्दा तू प्रतिसाद नाही दिलास. ट्रिपमध्ये किती प्रयत्न केले. परंतु तू तिला जवळपास फिरकू दिले नाहीस. असा तू का वागतोस? तुला तिने मोबाईल नंबर दिला आहे. त्याच्यावर एकदा फोन करुन एकांतात भेटून बोला, प्रेम व्यक्त करा म्हणजे तिच्या हृदयाची आर्त साद तुला कळेल. मॅडम तुमच्या शब्दाला मान देवून भेटतो. परंतु त्यावेळीही ती भांडली तर ती शेवटची भेट. तुम्हीही पुन्हा रदबदली करायला यायचे नाही कबुल. होय एकदम कबुल. मुळात तशी वेळच येणार नाही. याची खात्री आहे मला. मी तिला तुला फोन.. हो माझी काहीच हरकत नाही.

रविवारी पहाटे पाच वाजता माझा फोन खणखणला. मी हॅलो म्हणतात ती म्हणाली देव पावला म्हणजे मी नाही समजलो याचा अर्थ काय ते? अहो माझ्या प्रयत्नांना थोडे यश आले. तुम्हाला माझ्याशी बोलावेसे वाटले असे म्हटले एवढेच. पण तुम्ही मला भेटणार ना आज! अहो संवाद साधल्याशिवाय गैरसमज दूर होणार नाहीत. तेव्हा आपण कुठे आणि किती वाजता भेटू या? आपल्या आतापर्यंत एकतर्फी अनेक भेटी झाल्या. परंतु आजची भेट प्रेमाची आहे. दोघांच्या मनाने घेतलेल्या निर्णयाप्रमाणे मावळतीच्या सूर्याला साक्ष ठेवून शिवाजी पार्कला घडावी असे मला वाटते. तुमच्या सकारात्मक निर्णयाबद्दल प्रथम तुमचे अभिनंदन. मी चार वाजता हॉस्पीटल जवळच्या स्टॉपला येते. ती चार वाजता येताच मी टॅक्सी थांबवुन शिवाजीपार्क म्हटले. पाठीमागे बसलेल्या तिला टॅक्सीच्या आरशातून न्याहळताना पटले की तिच्या प्रेमात आपल्याला जिंकण्याची हिम्मत आहे, ताकद आहे. तिचे प्रेम बेगडी नाही. तृणपाते जमिनीतून वर येते त्याला कितीही वेळा तुडविले तरी ते नष्ट होत नाही. त्याप्रमाणेच हिचा आपण एवढ्या वेळा अपमान केला तरी तिच्या हृदयात आपल्या विषयीची प्रेमभावना जशीच्या तशीच आहे. त्याला जराही धक्का आपण लावू शकलो नाही. तेव्हा आपण मनापासून तिचा स्विकार करायला हरकत नाही.

आम्ही दोघं शिवाजी पार्कला टॅक्सीतून उतरल्यावर मी टॅक्सीचे बील दिले. समोरच मोगऱ्याचे गजरे घेऊन एक मुलगी उभी होती. तिच्याकडून चार गजरे घेतले. कारण एका गजऱ्याने तिचा लांबसडक बळेसर झाकला जाणार नव्हता. तिचे गजरे माळून

होताच मी पुढे होऊन दोन भेळीच्या पुड्या घेतल्या आणि मावळतीच्या सूर्य बिंबाला साक्षी ठेवून वाळूत बसून बोलण्यास सुरुवात केली. मी म्हणालो, स्वप्नाली मी सुरुवातीला स्पष्ट सांगतो. तु एम. ए. पी. एच. डी. आहेस आणि मी फक्त एम कॉम आहे. मी बँकेत कारकून आहे हे तुला मान्य आहे का? असेल तरच पुढे बोल. सुभाष मी तुझ्या प्रेमात आकंठ बुडाले आहे. त्यामुळे शिक्षण ही गौण गोष्ट आहे. माझ्या ह्दयाने कौल दिला आहे की तू माझा जन्माचा जोडीदार आहेस. म्हणूनच मी ह्दयापासून आर्तसाद घालून सांगते की माझे प्रेम पायदळी तुडवू नकोस. तुडवलेस तर जसा मासा पाण्यावाचून तडफडून मरतो तशी मी मरुन जाईन. तु माझे पहिले प्रेम आहेस आणि ते शेवटचे टरावे अशी रोज संध्याकाळी देवाजवळ निरांजन लावताना प्रार्थना करते. त्याला आज गोड फळ येत असताना मी कोणतीही अट घालणार नाही. कारण प्रेमात स्वत:ला काहीच किंमत नसते. प्रेमात हरायचे असते, मिलनाला एकरुप होण्याला महत्व असते. स्वप्नाली ह्या अफाट जगात माझी आई माझे सर्वस्व आहे. माझे श्रध्दास्थान आहे. तू तिच्या दु:खाला कारण होता कामा नये. सुभाष तुला मी माझा पती म्हणून स्विकारल्यानंतर तुझी आई ती माझीही आई. तिथे मी दुजाभाव नाही करणार. तुम्हा दोघांची आई होऊन मी सेवा करीन. पृथ्वी जशी स्वत:भोवती फिरता-फिरता सूर्याभोवती रिंगण घालते तशीच मी सुध्दा माझे स्वत्व जपता-जपता तुम्ही दोघानी आखून दिलेल्या रिंगणातच फिरेन. त्या बाहेर जाण्याचा प्रयत्न करणार नाही. हे मी तुला ह्या मावळतीच्या सूर्याला साक्षी ठेवून वचन देते.

मग मी तिचा हात हाती घेऊन म्हटले. ह्या ह्दयाच्या आर्त सादेला मी प्रतिसाद देत आहे. तुझ्याशी देवा-ब्राम्हणा समोर लग्न करुन माझी अर्धांगी म्हणून स्विकार करण्यास तयार आहे. कारण तुझे प्रेम खरे आहे. मी इतक्या वेळा नकार घंटा वाजविली, अपमान केला तरी तू न रागावता आपल्या निर्णयावर टाम राहिलीस. खरच मी तिच्या ह्दयाचा आर्त सादेला प्रतिसाद दिला नसता, नकार घंटा वाजवित बसलो असतो तर अशी प्रेमळ सुस्वभावी सखी मला जन्मभरासाठी लाभली नसती. ते म्हणतात ना प्रेमाने जग जिंकता येते ते खरे आहे. तसे तिने मला जिंकल्याने मला प्रतिसाद द्यावाच लागला. ●



बे दुणे पाच

- रघूनाथ रामचंद्र मोहिते अंधेरी.

सूर्योदय पहाटे कितीही वाजता होवो, परंतु ते दृष्टीपथात येण्यापुर्वीच पूर्व दिशा उजळू लागते. नि, पक्षांच्या गुंजारवनं चराचर जाग होतं. मग कुणी आकाशात विहंगणारे असोत वा जमिनीवर मर्यादीत उंचीवर उडणारे असोत साऱ्या चराचराला साद घालतात. उठा-उठा सूर्योदय होतोय. अगदी टोपलीखाली झाकलेलं कोंबडं सुध्दा आकाशाकडे न पाहता आरवतं. आणि साऱ्या घराला जागं करतं. त्याच्या आरवण्यानं दिवसाची सुरुवात होते.

भाद्रपद महिन्याच्या कृष्ण पक्षातील ते पितृपक्षाचे दिवस. कावळ्याच्या रुपात पितर घराकडे येतात. त्यांना वाढी दाखविण्याची भावनिक परंपरा हिंदू धर्मात पूर्वापार चालत आली आहे. मनोहरने त्याच्या स्वर्गवासी झालेले आई-वडिल, सासु-सासरे अशा चौघांच्या मृत्यूच्या तारखा भटाला दाखवून तिथी काढून घेतली होती. तो पितृपक्षातील सर्वपित्री दर्श अमावस्या श्राध्दाचा दिवस होता. पितरांना जे-जे पदार्थ आवडत होते ते पदार्थ बनवुन कावळ्याला खाऊ घालायचे. कावळा ज्या पदार्थाला स्पर्श करेल तो पदार्थ पितरांना आवडला असे मानुन नंतर केळीच्या पानावर सर्वांनी जेवण घ्यायचे. मनोहर आणि त्याची पत्नी स्वातींनं कोणते पदार्थ बनवायचे हे रात्रीच ठरविलं होतं.

दररोज पक्षांच्या गुंजारवान उठणारी स्वाती आज पक्षांचा गुंजराव होण्यापूर्वीच पहाटे उठली. अहो उठता ना? मामंजींना आज पुरणपोळीही करुन दाखविते म्हणते, पण गूळ संपलाय तुम्ही तेव्हढा घेऊन येईपर्यंत बाकीच्या स्वयंपाकाला सुरुवात करते. या दिवसात सकाळीच वाढी ठेवली तर दोन घास खाऊन जातील. पत्नीच्या उत्साही बोलण्यानं मनोहर ताबडतोब उठून बसला. अग पण दुकान तर उघडायला नकोत का? उघडतील. तुम्ही जाईपर्यंत निश्चित उघडतील. पण तुम्ही निघालात तरच ना?

पनवेल जवळ नवीन मुंबई म्हणून विकसीत होत असलेल्या सिडकोच्या गृहसंकुलात मनोहर आणि स्वाती यांनी फ्लॅटचा ताबा घेतला होता. गेल्या एक वर्षापासून ते तेथे राहत होते. इतर इमारती तयार होत होत्या. त्यामुळे त्यांच्या कॉलनीत शहरासारखी दुकानं अजुन थाटलेली नव्हती. सुमारे अर्धातासावर मेन रोड तेथपर्यत पायी चालल्याशिवाय किराणा मालाची दुकानं नव्हती. चहासाठी दूध आणि वर्तमानपत्रही आणायचेच होते. मनोहरने ब्रश केला. पायजम्यावरच शर्ट घालून शर्टाच्या वरच्या खिशात थोडे पैसे घेऊन तो निघाला. थांबा अहो सोबत पिशवी तरी घेऊन जा. आणि हो मिळाली तर केळीची पाने आणि एखादं दुसरी पालेभाजीही आणा. इथ जवळपास मिळणार नाहीच म्हणा. पण त्या रस्त्याच्या पलीकडे गेलात तर तेथे वसईची भाजी घेऊन येतात. त्यांच्याकडे मिळेल. मी ऑफिसला उशीरा येईन म्हणून सांगून आलेय आणि तुम्हालाही लवकर जाता येईल निघा मी आवरते.

हातात कापडी पिशवी घेऊन मनोहर बाजारात गेला. आता अंधुकस उजाडलं होतं. स्वाती किचनमध्ये गेली नेहमीप्रमाणं खिडकी उघडली. तो खिडकीच्या बाहेर नेहमी पहाटे तिची वाट पाहत बसणारा कावळा तिला दिसला नाही. तिनं खाली वर डोकावून पाहिलं. आज तो कावळा नेहमीप्रमाणे तिथं आला नव्हता. ती बाथरुममध्ये गेली आंघोळ करुन आली. पुन्हा उघडलेल्या खिडकीतून तो कावळा दिसतोय का म्हणून डोकावून पाहिलं. पण तो कावळा तेथे आलाच नव्हता. नेहमी ती खिडकी उघडून ब्रेडचा तुकडा त्या कावळ्याला देत असे. त्याला देण्यासाठी टेवलेला ब्रेडचा तुकडा पाहून ती अस्वस्थ झाली. तो कावळा नेहमी तिनं दिलेला ब्रेडचा तुकडा घेऊन जाई आणि त्यांच्या समोरच्या बिल्डींगच्या गच्चीवर असलेल्या पाण्याच्या टाकीवर बसून खाई. पण आज तो कावळा तेथे आला नव्हता.

स्वातीचा जन्म जुन्नर जवळच्या एक खेडेगावातला. वडिल शेतकरी नि वारकरी संप्रदायातील वारकरी. आई तिच्या लहानपणीच वारलेली. वडिल वृध्द त्यामुळे शेतीवाडीची जबबादारी तिचा मोठा भाऊ जगन्नाथ सांभाळी. वहिणी गृहिणी पण अत्यंत प्रेमळ. तिन स्वातीवर आईसारखं प्रेम केल. स्वाती प्रतिकुल परिस्थितही शिकली. बीएड झाली आणि त्यांच्याच तालुक्यातील त्यांच्या गावापासून पंधरा किलोमीटर असलेल्या एका जिल्हा परिषदेच्या मराठी शाळेत शिक्षिक म्हणून नोकरीला लागली. ज्या गावात ती शिक्षिका म्हणून नोकरी करी तेथील सरपंचाचा मुलगा मोहन याच्याची स्वातीचं प्रेम जुळलं. दोघेही एकमेकांना भेटत असत. मोहनला पोहण्याचा छंद होता. एकदा असेच दोघेही संध्याकाळी स्वातीची शाळा सुटल्यावर एसटी स्टँडवर भेटले नि जवळूनच वाहणाऱ्या नदीकाठी गेले. नेहमीप्रमाणे गुजगोष्टी केल्या. नदीच्या पात्राला पाहून मोहनला पोहण्याची इच्छा झाली. त्यानं कपडे काढून नदीकाठच्या झाडाच्या फांदीवर ठेवले नि स्वातीला तो म्हणाला, स्वाती तु आता निघ तुला उशीर होईल. मी अंघोळकरुन घरी जाईन.

मोहनने नदीच्या पात्रात सुर मारला. त्याला चांगलं पोहता येत होतं. हे स्वातीला माहिती होतं. मोहन नेहमी नदीच्या पाण्यात पोहण्याचा मनसोक्त आनंद घेत असे. कुतूहलाने ती त्याच्याकडे पाहत होती. तो पाण्याच्या वर आला आणि स्वातीला हाताने इशारा करुन पुन्हा पाण्यात डुबकी मारली. त्यानं तिला जा म्हणून सांगितल खरं. पण स्वातीचे पाय निघत नव्हते. थोड्याबेळाने अंधारही होणार होता. आणि स्वातीला एसटीबसनं घरी जायचं होतं. तरी ही ती थोडा वेळ तेथे थांभली पण तो पुन्हा पाण्यावर दिसला नाही म्हणून स्वातीच्या मनात धस्स झालं. काय करावं तिला समजलं नाही. तिन मन घट्ट केलं नि निघाली. स्वाती घरी पोहचली. तिचा चेहरा बरच काही सांगत होता. पण ती घरी पोहचली तेव्हा वहिनी दादा घरात नव्हते. वडिल बिछान्यात पडून होते. स्वातीला पाहून ते बिछान्यात उठून बसले. खोकत-खोकतच म्हणाले, स्वाती आज फारच उशीर झाला तुला. परिक्षा सुरु आहे की एसटी मिळाली नाही? बरं जा. थकलेली दिसतेस. आता तिन्हीसांज होईल हात-पाय धुवून घे आणि तुळशीला दिवा दाखव. दादा वहिणी आज त्या समोरच्या तुकारामाच्या घरी बारश्याला गेलेत. उशीर होईल असं सांगूनचे गेलेत. जेवण आटोपूनच गेलेत. तुला उशीर असेल तर मला एखादी भाकरी दे म्हणजे औषध घेतो नि पडतो थोडा. या खोकल्यानं नीट झोपच लागत नाही बघ.

स्वाती काहीही न बोलता घरात गेली. तिनं कपाटावरच्या आरशात पाहिलं. तिच्या चेहऱ्यामागे मोहन उभा असल्याचा तिला भास झाला. ती स्वत:शीच खजील झाली. लगबगीनं हात पाय धुतले आणि तुळशीवृंदावना समोर दिवा लावला. स्वाती एक सुसंस्कृत घरंदाज मुलगी. शिक्षकाची नोकरी करुन ती दादा वहिणींना आर्थिक सहाय्य करी. नेहमीप्रमाणे ती दुसऱ्या दिवशी शाळेत जाण्यासाठी एसटी स्टँडवर गेली. तो तेथे सरपंचाच्या मुलाच्या मृत्यूची बातमी कळाली. क्षणात तिच्या डोळ्यासमोर अंधार आला. तिचं अंग थरथर कापू लागलं. तिनं स्वत:ला सावरलं. मोहन होय तोच तो मोहन काल ज्या नदीप्रवहात तिच्या समक्ष पाण्यात डुबकी मारली तो तिचा प्रियकर पुन्हा वर आला नव्हता. स्वातीच्या डोळ्यात

अश्रु तरळले. हृदयपिळवटून टाकणारी ती बातमी कळताच ती शाळेकडे न जाता घरी परतली. भितीनं छाती धडधडत होती. जड पावलांनी ती कशी घरी पोहचली ते तिला कळलं नाही. स्वाती का गं? आज परत आलीस? तब्येत ठिक आहे ना? स्वातीच्या वहिणीनं आश्चर्य व्यक्त करीत प्रेमानं स्वातीच्या कपाळाला हात लावून तिची प्रकृती ठिक आहे ना हे पाहिलं. स्वातीचं डोकं तापलेले होतं. स्वाती, अग काय झालं? डोकं तापलय तुझं अग इतका ताप होता तर काल का नाही सांगितल? रात्री आम्ही आलो तेव्हा तुझा डोळा लागला होता. मामंजीही म्हणाले आज थकलेली दिसतेय झोपू देत म्हणून? काय होतय? चक्कर येतेय का? थांब, बस इथे मी आल्याचा गरम चहा करुन आणते.

दोघींचा संवाद ऐकून स्वातीचे वडिल हातात काठी टेकत स्वातीजवळ आले. स्वाती कपाळाला हात लावून खुर्चीत बसली होती. त्यांनी तिच्या पाठीवर मायेचा हात फिरवला. कालच तुझा चेहरा ओढल्यासारखा वाटत होता. बरं नव्हतं तर कशाला जायचं? स्वाती अग किती त्रास घेशील पोरी? स्वातीच्या डोळ्यातून अश्रु वाहू लागले. ते तिनं कुणालाही न दाखविता रुमालाने टिपले. आणि स्वत:ला सावरुन ती उठली. स्वयंपाक घरात गेली. मोरीत जाऊन पाण्याचा शिडकावा चेहऱ्यावर घेतला. तेवढ्यात वहिणींनं आळ्याच्या चहाचा कप तिच्या पुढे केला. तो चहा पिल्यावर तिला बरं वाटलं.

स्वाती मोहनच्या भावड्या प्रेमात गुंतून अवघे तीन चार महिनेच झाले असतील. तारुण्याने ते दोघे एकमेकांना आकर्षिले गेले होते. दोघेही सुशिक्षित त्यामुळे केवळ आपुलकीने एकमेकांना भेटण्या पलिकडे त्यांनी मर्यादा ओलांडल्या नव्हत्या. भेट ती ही स्वातीची शाळा सुटल्यावर घरी परतताना एसटी स्टँडवर. त्यात मोहनचे वडिल सरपंच असल्याने तो त्यांचा सन्मान राखूनच गावात वागत असे. इतर तरुण-तरुणींप्रमाणे त्यांचं प्रेम आंधळ नव्हतं. परंतु घडलेल्या घटनेनं स्वातीच्या हृदयाला धक्काच बसला होता. तिन डोळे झाकले पण ती अंतरमनातून जागीच होती. दुपारी स्वातीचा भाऊ जगन्नाथ शेतावरनं परत आला. हात पाय धुवून जेवायला बसणार तोच त्याची नजर कॉटवर झोपलेल्या स्वातीकडे गेली. त्यान पत्नीला विचारलं. स्वाती आज शाळेला गेली नाही? का झोपलीय? बरं नाही का स्वातीला? होय तिची तब्येत ठिक नाही. थोडं डोकं तापलेलं होतं. आताच आळ्याचा चहा प्यायली नि अंग टाकलंय. चला तुम्ही जेवून घेता ना? असं म्हणून लतिकेनं जगन्नाथला जेवायला वाढलं. तो ताटावर बसला आणि जेवता-जेवता म्हणाला, लते स्वातीला आता नोकरी सोडावीच लागेल वाटतं. आजच माझा मित्र संभाजी आपल्या शेजारील गावात राहतो. मी आणि तो आम्ही दोघेही एकाच शाळेत होतो. आपल्या सारखेच त्याचे ही घर शेती वाडी आहे. पण आई वडिल नाहीत. त्याच लग्न झालय एक मुलगीपण आहे. तो मला भेटायला शेतावर आला होता. त्यानं स्वातीला पाहिलेलं आहे. त्याच्या लहान भावाचं स्थळ आपल्या स्वातीसाठी सूचवलय. त्याचा भाऊ मनोहर मुंबईला असतो म्हणे. एका खाजगी कंपनीत नोकरी करतो. नवी मुंबईत कुठे तरी जागा घेणार आहे म्हणाला, मी त्या मनोहरला लहान असताना पाहिलं होतं. मुलगा चांगला आहे. शिकलेला आहे. आणि वयातही आहे. फक्त पत्रिकेचं पाहावं लागेल म्हणून मी त्याला होकार दिला नाही. आणि हो स्वातीलाही विचारायला हवं? पण मामंजीशी बोललात का? लतिकेनं विचारलं. अग बाबांनीच मला स्वातीसाठी मुलगा बघ अस कितिंदा सांगितलंय. पण आज हा योग आला. उद्याच संभाजीराव मनोहरला घेऊन आपल्याकडे येणार आहेत.

स्वाती डोळे मिटून दादा आणि वहिणींच संभापण ऐकत होती. तिच्या मनात नव्या विचारानं प्रवेश केला. डोक्यातील ठणठण कमी झाली. ती या कुशीवरनं त्या कुशीवर वळली. स्वाती, अग थोडं जेवून घे. बरं वाटेल, नि झोपही येईल. कसं वाटतय आता? वहिणीने स्वातीची विचारपूस केली. दादा वहिणीकडे पाहून स्वाती उठून बसली. स्वत: स्वयंपाक घरात जावून स्वत:साठी ताट वाढून घेतलं. वहिणी, बाबा आणि दादा जेवलेत का गं? तु पण जेवून

घे. अग आता मला खुप बरं वाटतय.

सुसंस्कृत, समजदार मुलांना समजून सांगण्याची आवश्यकते नसते. घरातील संस्कारच त्याच्या वाढत्या वयाला सदाचाराकडे घेवून जात असतात. त्यात शिक्षणाची जोड असेल तर आपोआपच गुण निर्माण होतात. स्वातीचं कुटुंब म्हणजे आध्यात्मिक वारसा लाभलेलं वारकरी संप्रदायातील कुटुंब. त्यात ती लहानाची मोठी झाली. वडिल, दादा आणि प्रेमळ वहिणीच्या तिच्याबद्दल असलेल्या सद्भावना ती जाणून होती. त्या आदर्श कुटुंबाला छेद जावू नये म्हणून मोहनला विसरुन तिला क्रमप्राप्त होत. मोहनचं दु:ख ती विसण्याचे प्रयत्न करु लागली. दुसऱ्या दिवशी संभाजीराव मनोहरला घेऊन स्वातीच्या घरी आले. रितीरिवाजाप्रमाणे पाहूणचार झाला. योगायोगानं स्वातीची आणि मनोहरची पत्रिका जुळली. दोघांनीही एकमेकांना पसंद केलं. महिनाभराच्या अंतरानं जुन्नरच्या एका शानदार हॉलमध्ये त्याचा विवाह झाला होता. परंतु नवी मुंबईतील ही जागा ताब्यात मिळेपर्यंत स्वाती तिच्या सासरला म्हणजे दीर संभाजीबरोबर गावाकडेच राहत होती. मनोहर वरचेवर गावाकडे येत असे. परंतु जागेचा ताबा न मिळाल्यामुळे तो स्वातीला घेऊन जावू शकला नाही. वार्धक्यामुळे अचानक स्वातीच्या वडिलांचे निधन झाले. वडिलांच्या निधनाने ती खूप दु:खी झाली होती. सुमारे सहा महिन्यानंतर मनोहरला त्याच्या नवी मुंबईतील जागेचा ताबा मिळाला. मनोहर तिला मुंबईला घेऊन आला. आणि एका अॅडव्हाटाईज कंपनीच्या ऑफिसमध्ये तिला नोकरीला लावले. तसा तिचा एकटेपणा दुर झाला आणि ते दोघेही सुखानं संसार करु लागले.

सकाळी साडेसातच्या दरम्यान मनोहर दुकानातून गुळ, दूध आणि वर्तमानपत्र घेऊन आला. बरोबर केळीचं पान आणि दोन पालेभाज्याही आणायला विसरला नाही. सर्व साहित्य स्वातीच्या स्वाधीन करुन तो आंघोळीला गेला. स्वाती बाकीच्या स्वयंपाकात मग्न होती. स्वाती म्हणजे एक सुगरण होती. तिच्या हातच्या पुरणपोळ्या खूप छान लागत. सर्व स्वयंपाक उरकल्यावर किचनमध्ये स्वातीनं एका मोठ्या ताटात केळ्याचं पान घेतलं त्या पानाच्या मध्यभागी पुरणपोळी, बाजुला दोन पालेभाज्या, बटाट्याची दोन भजी, पापड, लोणच्याची फोड, एक चमचा दही आणि त्या पदार्थाच्या भोवती लहान आकाराच्या वाटीचे पाच भातांचे मुढ त्यावर वरण नि साजुक तुपाची धार सोडून मनोहरला हाक मारली.

अहो चला झाली तयारी. आज गच्ची उघडीच असेल ना? हो अग आताच आपल्या खालच्या मजल्यावरचे सावंतकाका आणि काकू हातात ताट घेऊन गच्चीवर जाताना पाहिले मी. चल मी ताट घेतो तु पाणी घेऊन ये. मनोहर किचनमध्ये गेला तेथील भरलेले ताट त्यानं उचललं आणि तो निघाला त्याच्या मागोमाग स्वातीही पाणी घेऊन आली. सावंतकाका आणि काकू गच्चीवर त्यांचे पान ठेवून पाण्याच्या टाकीच्या सावळीला उभे राहून कावळ्याची वाट पाहत होते. मनोहरने सावंतकाकानी ठेवलेल्या पानच्या बाजुलाच थोड्या अंतरावर त्यान आणलेलें ताट ठेवलं. स्वाती जवळ आली तिन आकाशाकडे पाहिलं. आणि नमस्कार केला. तसेच त्या वाढलेल्या पानाला नमस्कार करुन ती बाजुला झाली. मनोहरने चारही दिशेला पाण्याचा शिडकावा केला. पानाला नमस्कार करता-करता त्याचं लक्ष त्या भाताच्या पाचव्या मुढेकडे गेले. तो स्वताशी प्रश्नार्थी झाला. दोन आणि दोन चार मुढ म्हणजे माझे आई बाबा आणि सासु सासरे पण हा पाचवा मुढ? त्यान क्षणात मान वळवून स्वातीकडे पाहिलं. स्वाती गालातच हसली. क्षणिक दुर्लक्ष करत ती दोघे पानापासून दुर म्हणजे ज्या ठिकाणी सावंतकाका आणि काकू उभे होते तेथे पोहचतात न पोहचतात तोच एक कावळा तेथे आला त्यानं पाचव्या मुढाला चोच मारुन तो तेथे थांबला आणि दुसरा कावळा आला. त्यानं त्या पुरणपोळीचे चोचीने तुकडे करीत होता. स्वाती आणि मनोहरला मानसिक समाधान झालं. ते दोघेही गच्चीवर न थांबता घरी परतले. परंतु मनोहरच्या त्या पाचव्या मुढा विषयीची शंका त्याला सतत अस्वस्थ करत होती. त्यांनी स्वातील विचारलं. अग माझे आई बाबा आणि तुझे आई बाबा म्हणजे बे दुणे चार. भाताचेने चार मुढ मी समजू शकलो परंतु ती पाचवी मुढ? अहो तुम्हाला सांगितलं होतं ना एक कावळा दररोज आपल्या किचनच्या खिडकीच्या मागे पहाटे पहाटे येतो. त्याला मी रोज ब्रेडचा तुकडा दिला की तो त्या समोरच्या बिल्डींगच्या गच्चीवरील पाण्याच्या टाकीवर बसून खातो. पण आज तो आला नव्हता म्हणून ती पाचवी मुढ. मनोहरच्या मनातील शंकेचं निरसन स्वातीनं केलं खर. पण का कोण जाणे त्याचं पूर्ण समाधान मात्र झाला नव्हतं. ●



हे विश्व

- सुचिता रमेश ठोंबरे ठाणे (प.)

विश्व म्हणजे जग. "हे विश्वचि माझे घर" काहीजण म्हणतात. पण त्यांच्या बोलण्यात आणि कृतीत मात्र फारच फरक आढळतो. बोलायचे एक अन् करायचे दुसरेच असा प्रकार असतो. पण काहीजण मात्र "बोले तैसा चाले" असेच असतात. आणि म्हणूनच अशा व्यक्ती वंदनीय असतात.

फार वर्षापूर्वीची ही एक कथा आहे. एक प्रतिष्टीत, नावाजलेले न्यायमूर्ती होते. त्यांच्या पारदर्शक वर्तनामुळे त्यांच्यापुढे आपले मस्तक आपोआपच नतमस्तक होत असे. ते एक आदरणीय असे व्यक्तीमत्व होते. ते एवढे मोठे न्यायाधीश पण त्यांना तीळमात्र गर्व नव्हता. आपल्याकडून कधीही अन्याय घडू नये याबद्दल ते सतत दक्ष असत. एकदा आपल्या सहचारीणी समवेत ते संध्याकाळी नदीकिनारी फिरावयास गेले होते. घरी परतताना त्यांच्या पायाला ठेच लागली. ठेच लागली खरी पण काही तरी मुलायम असा स्पर्श त्यांना जाणवला. त्यांनी खाली वाकून पाहिले अन् काय आश्चर्य एक नवजात बालक त्यांच्या दृष्टीस पडले. त्यांच्या घरी भरपूर संपत्ती होती पण संततीचा अभाव होता. त्यांनी ते नवजात बालक घरी आणले. मोठया प्रेमाने त्या दांपत्याने त्या बालकास वाढविले. एक दिवस विचार करताना त्यांच्या मनात आले की, या निराधार बालकाला आपण आधार दिला. पण अशी कितीतरी निराधार बालके आधाराविना जगण्याची धडपड करीत असतील. त्यांनी मनाशी पक्की खुणगाठ बांधली. आणि त्या पोरक्या बालकांना आधार देण्याचा निश्चय केला. आपले विचार त्यांनी आपल्या पत्नीला मंजुबाईना सांगितला. त्यांच्या विचाराशी त्या सहमत होत्या. अनेक निराधार बालकांना त्यांचा आधार मिळाला. ते दांपत्य त्या बालकांचे आधारवड बनले. एक दोन करता-करता ३५० मुल-मुली त्यांच्या आधाराखाली मनमोकळ्याने अन् गुण्यागोविंदाने राहू लागले.

त्यांनी त्या छोट्या बालकांना शिक्षण, सुयोग संस्कार दिले. त्या निराधार बालकांना आई-वडिल मिळावे. म्हणून दत्तक विधान सुरु केले. कितीतरी बालके दत्तक गेलीत. आणि आई-वडिलांच्या छत्रछायेत सुखा-समाधाने राहू लागलीत. गावातीलच एका सधन परिवाराने त्या बालकापैकी एका बालिकेला सुट्टीत आपल्या घरी नेले. त्यांच्या कुटुंबियांशी ती एकरुप झाली. पण सुट्टी संपल्यानंतर तिला परतावे लागले. थोड्या दिवसात तिला त्या परिवारातील सर्व व्यक्तींचा ओढा लागला. तिच्या मानलेल्या आईला तिला दत्तक घ्यावेसे वाटले. प्रथम तिला नकार मिळाला. पण जेव्हा दत्तक घेण्यासाठी तो परिवार परतला तेव्हा फारच उशीर झाला होता. दुसऱ्याच एका धनिक परिवाराने दत्तक घेण्यासाठी तिची निवड केली होती. ते दांपत्य तिला त्या दिवशी घरी नेण्यास आले पण ती त्यांच्याबरोबर जाण्यास तयार नव्हती. त्याचवेळी तिचे पहिले मानलेले आई-वडिल आले. त्यांना तिच्या दत्तक विधानासंबंधी सर्व वृत्तांत कळला. त्यांना फार वाईट वाटले. त्या मुलीने आपले पहिले मानलेले

आई-वडिल पाहिल्यावरोबर आई-बाबा, दादा असे म्हणत ती त्यांना जाऊन बिलगली.

ज्यांनी तिला दत्तक घेतले होते ते दांपत्य सहृदयी होते. त्यांनी तिला विचारले तुला कुणाबरोबर जायचे? त्या पहिल्या आई-वडिलांकडे बोट करुन ती म्हणाली मला त्या आई-बाबांकडे जायचे आहे. ते दुसरे कुटुंब फार मोठ्या मनाचे होते. त्यांनी लगेच तिच्या इच्छेला संमती दिली. तिच्या आवडीच्या आई-वडिलांकडे तिला स्वाधीन केले. त्यावेळचा तिच्या चेहऱ्यावरील आनंद दिल्याचे समाधान त्या दांपत्याला लाभले. त्यांनी दुसरी कन्या दत्तक घेतली. सर्वांनाच आनंदी-आनंद झाला. सर्वात जास्त आनंद न्यायमूर्तींना झाला. कारण ज्या जगाने नाकारलेल्या जीवांना त्यांनी स्विकारुन मोठे केले. अन् एका नव्या विश्वाशी त्यांची नुसती ओळखच नव्हे तर नव्या विश्वात मोकळेपणाने वावरण्याची संधी त्यांना प्राप्त झाली.

कितीही धनिक परिवारात ती बालके गेलीत तरी ज्यांनी त्यांना प्रथम आधार दिला, त्यांच्यावर संस्कार केले त्या आपल्या आधारवडास ते कधीही विसरले नाहीत. इतकेच नव्हे तर नात्याचे बंधन नसलेल्या परंतू प्रेमाच्या बंधनाने बांधलेल्या आपल्या बहिण-भावांना ते आवर्जुन भेटायला येतात. कारण खऱ्या विश्वाची ओळख त्यांना इथेच मिळाली. असे हे एक अलौकिक विश्व ते कधीही विसरणार नाहीत. "हे विश्वची माझे घर" ही उक्ती न्यायाधिश आणि त्यांच्या पत्नी या दोघांनी प्रत्यक्ष आपल्या कृतीद्वारे खरी करुन दाखविली. त्यांच्यासारख्या महान व्यक्तीनाच "हे विश्वची माझे घर" असे म्हणण्याचा अधिकार आहे. अशा महान व्यक्ती या युगात आहेत. म्हणूनच हे विश्व आनंदमय आहे. ●



आश्रित

- सुजाता साठे डोंबिवली.

आज मीना फार खुशीत होती. लाडक्या लेकीचं लग्न ठरलं होतं. जावईपण छान मिळाला. काही वर्ष अमेरिकेत राहणार होते. मग पुन्हा भारतात परत येणार होते. लेकीचं खूपच छान बस्तान बसणार म्हणून मीना आणि सारं घरदारच आनंदात होतं. मीनाचं कुटुंब तसं मोठं होतं. मीनाला ३ मुलं मोठी प्रिया, प्रणव व प्रशांत. घरात सासूबाई आणि मीनाची आईसुध्दा तिच्याजवळच राहत होती. ती दोघं नवरा-बायको अशी एकूण ७ माणसं घरात होती. त्यामुळे मीनाचा दिवस सगळ्यांचं करण्यातच निघून जायचा. प्रत्येकाच्या वेळा, पथ्य, आवडी-निवडी, पै, पाहुणे, सणवार असा सगळा पसारा होता. आणि आता तर लगीनघाई होती. खरेदी, बोलवणी, घरातली तयारी, सगळ्यात मीना फार व्यस्त होती. यथावकाश लग्न छान पार पडलं. प्रिया सासरी गेली आणि थोड्याच दिवसात अमेरिकेलाही गेली. मीनाचा रोजचा दिनक्रम सुरु झाला.

मीनाचा मधला मुलगा प्रणव कॉर्मसला होता. आणि धाकटा प्रशांत सायन्सला होता. प्रणवचं काहीतरी बिनसलं होतं. कॉमर्स साईड असूनही दरवर्षी त्याचे विषय राहत होते. के.टी. लागत होती. त्यावरुन वडिल व त्याच्यात सारखी वादावादी सुरु असायची. त्याचा फार जवळचा मित्र लोकल ॲक्सीडेंटमध्ये गेला. पोलिस चौकशी करत आले तेव्हा नेमका हाच समोर होता. म्हणून त्याच्याजवळच ही बातमी त्यांनी सांगितली. शेजारीच राहत असल्याने सारखे दोघे बरोबर असायचे. त्याला हा धक्का सहनच होत नव्हता. तेव्हापासून तो अतिशय अबोल, शांत झाला. काही दिवसांनी मित्राचं कुटुंब ती जागा सोडून दुसरीकडे राहायला गेले. पण प्रणव मात्र घुमा होत गेला. घरातही तो फक्त मीना आणि प्रशांत या दोघांशीच बोलत असे. अभ्यासातही त्याचं लक्ष लागत नव्हतं. सगळे विषय घेऊनच परिक्षेला बसायचं असा त्याचा हट्ट असायचा. त्यामुळे प्रत्येक वेळी वेगळ्या विषयांना के.टी. लागत होती आणि दरवेळी रिझल्ट लागल्यावर प्रणव आणि त्याच्या बाबांचं भांडण व्हायचं. बी.कॉमला जितक्या वेळा बसायला परवानगी होती तेवढ्या वेळा तो परिक्षेला बसला पण पास मात्र झाला नाही. शेवटी त्याने तो नाद सोडून दिला. एवढा मोठा मुलगा पण साधा बी.कॉम ही होऊ शकत नाही. म्हणून बाबांना फार वाईट वाटत होते. दरम्यान त्याने वेगळे काही कोर्स करावेत व स्वत:च्या पायावर उभं राहावं म्हणून सगळे जण प्रयत्न करत होते. प्रणवचं वाचन खूप होतं. म्हणून पत्रकार, वार्ताहर यापैकी काही व्हावं म्हणूनही प्रयत्न झाले. पण त्याला कशातच रस वाटत नव्हता.

दिवस-दिवस घरात बसून असायचा. मीनाला मदत करायचा. तिला बाईकवरुन घेऊन जायचा. बाबा मीनालाच ओरडायचे तूच त्याला पाठीशी घालतेस नाहीतर मी त्याला केव्हाच हाकलून दिले असते असं म्हणायचे. मीनाला फार वाईट वाटायचं. एकीकडे नवरा व दुसरीकडे मुलगा कुणाला दुखवायचं. कोणाला पाठिंबा द्यायचा. आपलेच दात आणि आपलेच ओठ अशी तिची परिस्थिती होती. ती दोघांना समजून घ्यायला सांगायची. पण काही फरक पडत नव्हता. शेवटी तिने बाबांना सांगितले की एक अश्रित तुम्ही जन्मभर पोसत आहात असं समजा. त्याचं तुम्हाला पुण्य मिळेल. बाकी त्याला काही देऊ नका. अन्न, वस्त्र व निवारा द्या. काही दिवसांनी मुलीच्या बाळंतपणासाठी तिला अमेरिकेला जायला लागलं. मीना आणि मिस्टर दोघंही ६ महिने अमेरिकेला गेले. इकडे आजी आणि प्रणव दोघच घरी राहिले. दरम्यानच्या काळात मीनाची आई मरण पावली. प्रशांत ग्रॅज्यूएट होऊन पुढचं शिक्षण घेण्यासाठी दुसरीकडे गेला. त्यामुळे प्रणव व आजी दोघाचं काही सूत जमत नव्हतं. कारण प्रणव एकलकोंडा झाला होता. आजीशीही तो नीट वागत, बोलत नव्हता. त्यामुळे मीनाला काळजीच वाटत होती. पण त्यावर कोणताही उपाय नव्हता. कसेबसे सगळेजण दिवस ढकलत होते. शेजारी जाऊन दररोज आजी प्रणव विषयी तक्रार करत असत. नातेवाईकांनाही सांगत असत. त्याचा प्रणवलाही खूप राग येत होता. दोघांची अगदी टोकाची भांडण होत होती.

अमेरिकेहून मीना परत आली. प्रिया तिचं बाळ एकदम छान होतं. मीनाचे ६ महिने चांगले गेले. इथे आल्यावर परत ये रे माझ्या मागल्या सुरु झालं. दरम्यान प्रशांत पोस्ट ग्रॅज्युएट होऊन आला. त्याला बंगलोरला नोकरी लागली म्हणून तो तिकडे २-३ मित्र मिळून राहू लागला. ह्या सर्व काळात मीनाची तब्येत सारखी बिघडू लागली. मानसिक ताण, काळजी ह्यामुळे ती पार खचली होती. औषोधपचार सुरु होते. २-३ वर्षांनी प्रिया पुन्हा भारतात परत आली. आता मुलगी जवळ आल्याने मीनाला जरा धीर आला. मीना प्रियाकडे मधून-मधून जात असे. मीनाला जरा जास्त बरं नाही असं वाटू लागलं म्हणून सर्व तपासण्या केल्या. त्यात तिला कॅन्सर असल्याचं निदान झालं सर्व घरावर आघात झाला. मीनाला प्रिया स्वत:च्या घरी घेऊन गेली. अर्थात प्रणव बरोबर होताच. खूप प्रयत्न केले पण मीनाचा आजार बरा झाला नाही आणि त्यातच तिचं निधन झालं. आता प्रणवचा एकमेव आधारही गेला. मीना गेल्यावर तो प्रियाकडे राहू लागला.

इकडे धाकट्या प्रशांतने स्वत:च लग्न जमवलं. पंजाबी मुलगी त्याच्याबरोबरच काम करणारी मग वर्षभरात प्रशांत व मिताली ह्यांचं लग्न झालं. सगळी जबाबदारी प्रियाने घेतली. खरेदी, लग्नाची तयारी, आमंत्रण, पै-पाहुणे सगळं नीट पार पाडलं. प्रशांत लग्नानंतर आधी बंगलोर आणि मग अमेरिकेला गेला. आता मीनाच्या गैरहजेरीत तिच्या सासूबाई आणि यजमान असे दोघेच घरात राहू लागले. प्रणव येऊन-जाऊन असायचा. जेवणाचा दोन्ही वेळेचा डबा लावला होता. काही दिवसांनी प्रियाने प्रणवला समजावून स्वत:च्या घरी राहायला पाठविले. कारण आजी आणि वडिल दोघेही वयस्कर त्यामुळे काही लागलं तर घरात कुणीतरी हवं. म्हणून नाराजीनेच प्रणव घरी आला. तरी तिघांमध्ये संभाषण फारच कमी असायचं. कामापुरतं बोलणं काही वेळा तर तेही नसायचं. ३ भिन्न स्वभावाची माणसं एकत्र राहत होती. असेच दिवस जात होते. आजी आता खूप थकली होती. असंबंध बोलत होती. विस्मरण झालं होतं. दवाखान्यात ठेवलं काही फरक पडत नव्हता. शेवटी तिने जगाचा निरोप घेतला. सगळं घर विस्कटत चाललं होतं. मीना होती तोपर्यंत सगळ्या घराला तिने बांधून ठेवलं होतं. पण आता कोणात संवादच राहिला नव्हता. आता प्रणव आणि

त्याचे वडिल दोघच राहिले. दोघ दोन खोल्यांमध्ये बसून राहत. बोलणं तर नव्हतचं. त्यानंतर वडिलांनी प्रशांतकडे अमेरिकेला जायची तयारी केली. पण नेमकं त्याच वेळी त्यांना पोटाच्या विकाराने ग्रासल. त्यामुळे ते अमेरिकेला गेले नाहीत. प्रियाकडे राहायला गेले. आता त्यांना खूपच पथ्य संगितली होती. ते सगळं स्वत:च्या घरी राहून शक्य झालं नसतं. म्हणून प्रिया त्यांना घेऊन गेली. काही दिवस प्रणवही गेला. पण थोड्यात काळात तिथे न जमल्याने परत आला. आता तो एकटाच घरात राहतो. प्रशांत आणि त्याची बायको मध्येच येऊन वडिलांना भेटून गेले. त्यामुळे त्यांना फार बरं वाटलं. आता त्यांची तब्येत बरी आहे. पण घरी यावसं वाटत नाही. कारण घरी काळजी घ्यायला, बोलायला कोणीच नाही. म्हणून ते प्रियाकडेच राहणार आहेत.

प्रणव आता भावाने दिलेल्या मदतीवर व वडिल देतील त्या मदतीवर आयुष्य काढत आहे. स्वत:च्या पायावर उभं राहावं, स्वत:पुरतं तरी कमवावं असं त्याला अजुनही वाटत नाही. घरातला मोटा मुलगा असूनही धाकटा भाऊ व वडिलांच्या आश्रयाने जगत आहे. एका चांगल्या मुलाचं आयुष्य वाया गेलं ह्याची हळहळ वाटते. आयुष्याचं गणित चुकल्यावर एक मोटं शून्य, पोकळीच उरते. प्रत्येकजण स्वत:चं नशीब घेऊनच येतं. त्याप्रमाणे सर्व घडतं. प्रणवला देव सुबुध्दी देवो हीच इच्छा. ●



आजच्या धावपळीच्या युगात दारात रांगोळी काढायला वेळ कुठे आहे. त्यात ब्लॉक संस्कृतीत तर रांगोळी काढायला अंगण कुठे असते. नोकरी करणाऱ्या स्त्रियांना तर रांगोळी काढायला वेळही मिळत नाही. म्हणून त्या दाराच्या उंबरठ्यावर स्टिकर्सची रांगोळी काढतात. आजही काही ठिकाणी स्त्रिया अगदी मनापासून रांगोळी काढतात. कॉलेज युवती सुध्दा सुंदर रंगीबेरंगी रांगोळी काढून तिला सजवतात. देवापुढे, तुळशी वृंदावनापुढे, भाऊबीजेच्या दिवशी ओवाळणीसाठी मांडलेल्या पाटाभोवती रांगोळी काढतात. रांगोळीची परंपरा पिढ्यान्‌पिढ्या बायका-मुलींनी जोपासली आहे. आता तर पुरुषही सुंदर रांगोळ्या काढतात.

पुर्वी बाभळीच्या पानांची, चिंचेच्या पानांची, चिंचोक्यांची, तांदळाची, डाळीची रांगोळी काढली जात असे. रांगोळी काढताना अनेक प्रतीकांचा उपयोग करतात. स्वस्तिक हे लोकप्रिय प्रतीक आहे. सूर्य, चंद्र, इंद्र, वायू आदी देवतांच्या शुभेच्छा त्यात प्रतीत झालेल्या असतात. स्वस्तिकाचे चार हात म्हणजे विष्णूचे चार हात व त्याचा मध्यबिंदू म्हणजे सृष्टीकर्त्या ब्रम्हदेवाचे स्थान असे मानतात. रांगोळी काढताना कमळाचेही प्रतीक मानले जाते. कमळ हे भारतीय संस्कृतीचे अर्थपूर्ण प्रतीक आहे. कमळ हे जीवनाचे उत्थापन करणारे असून स्त्रीतत्व सांगणारे आहे. कमळ म्हणजे शोभा, वैभव, आरोग्य, दीघायुष्य, कीर्ती, भूमी यांची चित्तशक्ती या सर्वाच अर्थ एकच आणि तो म्हणजे शाश्वत जीवन.

काही ठिकाणी रांगोळीचे क्लासेसही घेतले जातात. रंगावली चित्रकाल सामाजिक बांधिलकीच्या जाणिवेतून रंगावली प्रदर्शने आयोजित करुन त्यातून मिळणारे उत्पन्न समाजकार्यासाठी वापरतात. ही कलावंत मंडळी रांगोळीची (पान १३४ वर)

● - **राणी बनोटे** काराव.



- **विनायक चांदेकर** बदलापूर.

श्री गुरुदत्ता। नरहरी दत्ता। लागो तुझा निजध्यास
सद्गुरु तू जगतास।।धृ।।

२४/५/१६ रोजी माझ्या मुलाने ए.सी.लक्झरी बसचे तिकिट बुक केल्याने मी ३.५० वाजताच्या बसने मुंबई सेंट्रल येथून निघून दुसऱ्या दिवशी ५ च्या दरम्यान जुनागड येथे पोचलो. येथे जेथुन गिरनारच्या पायऱ्यांची सुरुवात होते त्या जवळील गेस्टहाऊसमध्ये मुक्काम केला. दुसऱ्या दिवशी पहाटे ३ वाजता पायऱ्या चढायचे मनात ठरविले होते. पण जाग ४.४५ ला आल्याने कसेबसे स्नान आटोपून गेस्ट हाऊसच्या बाहेर पडलो. दहा हजार पायऱ्या चढण्याची तयारी म्हणून टॉर्च, नॅपकीन, पाण्याची बाटली, गॉगल, टोपी, लिमलेटच्या गोळ्या, काठी इत्यादी साहित्य बरोबर घेतले. मी एकटाच असल्यामुळे कोणाची वाट पाहण्याचा प्रश्नच नव्हता. चहा बिस्कीट खाऊन,श्री स्वामी समर्थांना वंदन करुन पायऱ्या चढण्यास सुरुवात केली. सुरुवातीला अंदाजे दोन हजार पायऱ्या चढण्यास तश्या सोप्या आहेत. ३ ते ५ हजाराच्या पुढे जवळपास पायऱ्या चढणे कष्टदायक होते.

पहिल्या तीन हजार पायऱ्या चढण्यापर्यंत खूप गरम होत होते. व पायही बोलू लागले होते. यावेळेस अंदाजे ७.३० वाजले होते. श्री स्वामीकृपेने हलकासा पावसाचा शिडकावा झाला. सुदैव असे की त्या पावसाच्या शिडकाव्यामुळे जो हवेत गारवा आला तो जवळपास दुपारी १.३० वाजेपर्यंत टिकला. हे वातावरण गुरुकृपेमुळे निर्माण झाले होते. तरी पायऱ्या चढण्याच्या कष्टामुळे घाम येतोच. परंतू गार वारा असल्याने त्या कष्टाचे प्रमाण आपोआप कमी झाले. पायऱ्या चढताना २-३ वेळेस चहा, थंड पाण्याची बाटली घेतली. अंदाजे पाच हजार पायऱ्यांची चढण आहे. पुढे ती उतरण उतरुन परत दोन हजार पायऱ्या अत्यंत घडीव चढण आहे. तो चढावही सावकाशपणे पण निर्धाराने चढलो. अंदाजे सात हजाराच्या वरती पायऱ्या जडच जातात. आणि परत पुढे हजार, दीडहजार पायरी खडी चढण आहे. यावेळेस थकवा अनावर झालेला असतो. व आपण मध्येच थांबुन विश्राती घ्यावी की काय असे वाटते. परंतु

सुरुवातीपासून श्रीदत्त चरणाच्या दर्शनाची लागलेली ओढ थकलेल्या शरीरास मानसिक धैर्य देऊन आत्म विश्वासाने आपण ओपाआप श्रीचरणाकडे ओढले जातो.

ऐकीव माहितीनुसार श्री दत्तपादुका हजारो वर्षापुर्वी त्या निश्चित स्थळी त्यामानाने लहान असलेल्या खडकावर तेथील अत्युच्य खडकावर प्रगट झाल्या आहेत. या पादुका प्रगटी करण्याचा पौराणिक इतिहास कितीही मागे जाता निश्चितपणे कळु शकला नाही. परंतु तेथील भक्तगणांच्या सांगण्यानुसार त्याचा पूर्वइतिहास श्रीराम, वसिष्ठऋषी इतर देवदेवता व प्राचीन ऋषीगण यांच्यापर्यंत जाऊन सुध्दा कळला नाही. अनेक प्राचीन व अर्वाचीन संतांचे चरण या पावनभूमीस लागून ती अधीकच पावन झाली आहे. एका गोष्टीचे महत्व वाटते की येथे इतकी चढण, उतरण कटीण असूनही भारताच्या अनेक प्रातांतून शेकडो भावीक दर्शनास येतात. मी गेलो असताना विदेशातील चौघे नागरिक वरती जाऊन आल्याचे दिसले. अत्यंत लहान जागा असल्याने काही अनुचीत प्रकार घडू नये म्हणून सरकारकडून पोलिस व्यवस्था चोख टेवण्यात आली आहे. मी जेव्हा अत्युच्य शिखरावर पोचलो तेव्हा मला अत्यानंद झाला. व तत्काळ मंदीरा जवळच्या पायरीवर क्षणभर थांबुन दृश्य डोळ्यात साटविण्यास सुरुवात केली. पुर्वी फक्त पादुका होत्या. आता मात्र अत्यंत सुंदर प्रत्यक्ष श्रीदत्तच आहे अशी वाटणारी मूर्ती तेथे टेवण्यात आली आहे. या पर्वत शिखराचा पादुका असलेला हा भाग खूप लहान असल्याने येथे भक्तगणांना फार वेळ थांवू देत नाही. तेथे असलेल्या पुजाऱ्यास मी थोडा अधिक वेळ थांबण्याची इच्छा व्यक्त केल्याने त्याने तशी परवानगी दिली. मी बरोबर नेलेले श्रीस्वामीचे स्तोत्रे, त्यांची आरती, दत्ताची आरती तसेच जपही केला. व माझे समाधान होईपर्यंत वसलो.

खरे तर तेथून खाली उतरुन जाण्याची इच्छाच होत नव्हती. पादुका व मूर्ती डोळ्यात व ह्रदयात साटवून खाली उतरण्यास सुरुवात केली. या सर्व काळात माझे नामस्मरण चालुच होते. उतरताना तेथेच हजर असलेल्या पोलिस शिपायाबरोबर दहा मिनिटे बोलुन त्याने तेथून कमंडलू तिर्थ दाखविले. तसेच या तिर्थाच्या प्रगटी करण्याचा इतिहास सांगितला. तसेच तेथे अन्य देवतांचा निवास असल्याचे सांगितले. माझ्या मनात तोच भाव असल्याने मला आनंद झाला. पायऱ्या चढताना वरती अतिशय सुंदर अशी जैन मंदिरे लागतात. सर्वजनांचे श्रध्दास्थान असलेलं श्री अंबामातेचे मंदिर लागते. येथे पाण्याचे दुर्भिष्य असलेल्या परिसरात गोमुखातून येणारे थंडगार पाणी भक्तगणांचा श्रमपरिहार करतो. याच परिसरात नवनाथ पंथी मंत्र सामर्थ्याचे उद्गाते श्री गोरक्षनाथ यांची ही तपोभूमी आहे. श्रीदत्त पादुकांच्या खाली एक रस्ता अन्न छत्राकडे जातो. येथे दिवसभर आलेल्या भक्तगणास विनामूल्य पोटभर प्रसाद दिला जातो. खाणाऱ्या भक्तांचा आत्मा तृप्त होतो. इतका प्रसाद चविष्ट असतो. येथे पिण्याचे गोड पाणी कमंडलू तीर्थातूनच आल्यामुळे त्याला एक वेगळेच महत्व आहे. येथील प्रसाद घेऊन समाधानाने परतीच्या प्रवासास लागलो. येथे सिंहाचे निवासस्थान असल्याने कोणासही राहण्याची परवानगी नाही.

मी २७/५/१६ ला येथील पुरातन असलेला किल्ला, प्रेक्षणिय म्युझियम, प्राणी संग्रहालय बघून तो दिवस संपवून दुसऱ्या दिवशी बारा ज्योतिलिंगा पैकी असलेले सोरटी सोमनाथाच्या दर्शनास निघालो. अत्यंत भव्य व सर्वजनांचे श्रध्दास्थान असलेले ते शिवालय पाहून मन भक्तीभावने भरुन येते. असे समजले जाते की शिवाचे निवासस्थान अत्युच्य हिमालयावर आहे. पण येथे सोमनाथ स्थित शिवाचे स्तान प्रचंड दर्या शेजारीच आहे. शिवालयाची भव्यता नेत्रात साटवून बाहेर आल्यानंतर या सागराची भव्यता तेवढीच मोटी जाणवते. या सागराच्या उसळत्या लाटा पाहून मन प्रसन्न होते. तसेच उभे राहून

शिवासमोर, सागरासमोर नतमस्तक होऊन त्या परिसरातून मी बाहेर पडलो. तेव्हा या भव्य सृष्टीत असे जाणवते की, मनुष्य किती तुटपुंजा किती परावलंबी आणि शून्य आहे. आपले स्थान या विश्वाच्या पसाऱ्यात एका बिंदुपेक्षा लहान असल्याचे स्पष्ट होते. या परिसरात ॐ नमः शिवाय व सोमनाथाचा जयजयकार हा आवाज वातावरणात गुंजत असतो. मनाच्या गाभाऱ्यात या सर्व आठवणी घेऊन तसेच भक्तीयुक्त अंतःकरणाने मी परत आलो. मन, चित्त, बुध्दी, अहंकार या मनाच्या अवस्था आहेत. अंतःकरणात भक्ती कोरली जाते. चित्त त्या भक्तीशी निगडीत ठेवतो. मन भक्तीशी एकरुप होते व बुध्दी ते मान्य करते. अशारीतीने मनुष्य शेवटी जसा पंचमहाभुतांपासून निर्माण होतो व शेवटी विलीनही तेथेच होतो. याची जाणीव होते व तो पुढच्या प्रवासास निघतो.

यदा यदा हि धर्मस्थ ग्लानिर्भवति भारत।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मात सृजाम्हहम।।

अशी ग्वाही ज्याने दिलेली आहे त्या श्रीकृष्णाची द्वारका. या द्वारकेत कल्पनेमधे श्रीकृष्णाचे स्थान कसे, कुठे असेल? बलराम कोठे राहत असेल, सत्यभामा, रुक्मीणी यांचा महाल कसा असेल? श्रीकृष्णाने ज्या सोळा हजार स्त्रियांचा उध्दार केला व त्यांना समाजात आणले त्याही कोठे राहत असतील असे प्रश्न मनात आले. डोळ्यासमोरुन श्रीकृष्णाचे बालपण जे गोकुळात घडले. थोडा मोठा झाल्यावर त्याची कर्मभूमी मथुरा झाली. खरेतर त्याची जन्मभूमी हीच होती. पण बालपण गोकुळात गेले. कारण श्रीकृष्णाने अवतार कार्य मनुष्य देह घेतल्याने अतर्क्य असेच आहे. कंसाचा वध करणारा श्रीकृष्ण आपल्या माता-पित्यांना राज्यावर बसवणारा श्रीकृष्ण वेळ पडल्यास चतुराईने रागीट बलरामाला समजवणारा श्रीकृष्ण, महाभारत युध्दात मनुष्य जिवनाचे सार भक्ती, ज्ञान, वैराग्य हे भगवद्गीतेच्या रुपाने सांगणारा श्रीकृष्ण, कर्माचे व भक्तीचे, ज्ञानाचे मर्म सांगणारा श्रीकृष्ण, पितामह भिष्माच्या भक्तीपुढे आपली प्रतिज्ञा मोडणारा श्रीकृष्ण, पांडवांकडून कौरवांकडे युध्द थांबविण्यास शिष्टाई करणारा श्रीकृष्ण, भक्त विदुरा घरच्या कण्या खाणारा श्रीकृष्ण, द्रोपदीला चुडेदान मिळवून देणारा श्रीकृष्ण, दुष्ट कौरवांचा संहार करणारा, सुदामा सारख्या गरीब मित्राची आठवन टेवून त्याचा सत्कार करणारा, स्वतः महापराक्रमी असून सुध्दा युध्द निपूण उत्तम सारथ्य विद्यावान असून सुध्दा मनुष्य हानी होऊ नये म्हणून रणातून निघून जाणारा, खोटा आळ येऊ नये म्हणून जांबुवानाशी युध्द करुन सम्यंतक मणी मिळवणारा श्रीकृष्ण हा सगळा जीवनपट डोळ्यासमोरुन सरकला व तेथे आलेल्या भक्तप्रेमी कोलाहलात मी मिसळलो.

बेट द्वारका - आयुष्याच्या उत्तरार्धात एका बेटावर द्वारका सुरक्षेतीकरीता वसली गेली. बेट द्वारकेस जाण्यास नावेने जावे लागते. ही रमणीय नगरी पाहून मन कृतकृत्य होते.

गोपी तलाव- या विषयी असे सांगण्यात आले की, याच तलावात गोपी व इतर स्त्रिया स्नान करुन बेट द्वारकेस जात असत.

भालका - भाल म्हणजे बाण म्हणून या स्थानास भालका असे म्हणतात. पुढे सरतेशेवटी भालका या स्थानी भगवान श्रीकृष्णाने देह सोडला ते हे स्थान. असे सांगितले गेले की, यादव आपापसात लढून, भांडून नष्ट झाले. या प्रकाराने उद्विग्न होऊन भगवान निर्जन एकांत स्थळी आले. येथे जरा नावाच्या पारध्याने मृगाचे तोंड समजून बाण मारला तो बाण श्रीकृष्णाच्या तळव्यास लागला. त्या पारध्यास अभय देऊन मुक्त केले व तेथेच आपले पंचप्राण योग सामर्थ्याने अनंतात विलीन केले. भगवान श्रीकृष्ण सांगतात की हे सर्व माझ्याच इच्छेने घडले आहे. अन्यथा महाभारत युध्दात महायोध्यांची अनेक अस्त्रे, शस्त्रे ज्या रथावर पडली तरी भक्त व भगवान दोघेही सुरक्षित राहिले. युध्द संपल्यानंतर दोघेही खाली उतरल्यावर तो रथ धाडकन पेटून अग्नीच्या मुखात पडून नष्ट झाला. अशा या भगवान श्रीकृष्णानी अत्यंत सामान्य पध्दतीने स्वइच्छेने देह विसर्जित करुन स्वगृही विष्णुलोकात गमन केले. अशी ही माझी तीर्थयात्रा अत्यंत आनंदात पार पडली.

तुलसी वेल अन् फुले सुवासिक।
नाना विध माला अर्पितसे बहुप्रेमे
भले मी श्री प्रभूचरणाला
किंचित सेवा भजन पूजन हे घडले
या चरणी गोड करुन घ्या प्रेम भक्तांची करणी।। ●

माणूस

- **श्रध्दा वझे** कल्याण.



सकाळची गडबड शांत झाल्यावर दोघं आपापल्या उद्योगाला गेल्यावर निवांत झालेल्या यामिनीनं रोजचं वर्तमानपत्र उघडलं. एव्हाना रखमाबाईनं बाकीची आवराआवर सुरु केली होती. डायनिंग टेबलवरच टाईम्स पसरुन यामिनी कॉफीचा आस्वाद घेत होती. त्यातील बातमी वाचून ती काहीशी गंभीर झाली होती. ते दोघे सिनेअभिनेते होते. परंतु यामिनी? ती तर एक साधी गृहिणी होती. योगेश आणि यशच्या पलीकडे जग नसलेल्या यामिनीला अशाच एका कटू अनुभवाला सामोरं जावं लागलं होतं. एखाद्या चित्रपटाचं रोळ फिरावं तसच तिच्या जीवनातल्या दोन-अडीच वर्षापुर्वीच्या आठवणी तिच्या नजरेसमोर फिरु लागल्या. माणूसपण हरवलेल्या एक पुरुषाच्या. तो कोणी दुसरा तिसरा अनोळखी नव्हता. तो तिच्या ओळखीचा तिच्या बालपणीचा वर्ग मित्र होता.

दरवर्षीप्रमाणे यंदाही री-युनियनच्या पिकनिकला यामिनी गेली होती. वास्तविक हे त्यांच्या गेट-टुगेदरचं पहिलं वर्ष नव्हतं. जेव्हा फक्त लॅंडलाईन फोन होते. त्यावेळी शाळेतल्या काही मुलांनी पुढाकार घेऊन अनेकांना गोळा केलं आणि तेव्हापासून वर्षातून एकदा पिकनिकच्या निमित्ताने एकत्र जमायला सुरुवात केली. हळूहळू मुला-मुलींची संख्या वाढत गेली. यंदा तर तब्बल १२० मुलं-मुली पिकनिकला निघाले होते. आता सगळेच संसारी झाले होते. पालक झाले होते. तरी देखील वर्षातल्या या एका उनाड दिवशी प्रत्येक जण पंधरा सोळा वर्षाचा होऊन जात असे. या ग्रुपमध्ये दरवर्षी कोणी तरी नविन वर्गमित्र-मैत्रिणी जॉईन होत असत. त्याप्रमाणे यावर्षी पहिल्यांदाच विकास पिकनिकला आला होता. दिवसभर सगळ्यांनी खूप धम्माल, मजा-मस्ती केली आणि संध्याकाळी सर्वजण आनंदातच आपापल्या घरी परतले. त्याचवर्षी नुकतंच वॉटस्अॅप चं आगमन झालं होतं. पिकनिकच्या दिवशी गोळा केलेले मोबाईल नंबर्स एकत्र करुन एका उत्साही मुलानं व्हॉटस्अॅपवर "शाळा" नावाचा ग्रुप फॉर्म केला. पिकनिकचे फोटो, आठवणी, गप्पा-गोष्टी याचबरोबर कधी काही फॅमिली शेअरिंग, पर्सनल शेअरिंग तर कधी थट्टा मस्करीनं ग्रुप अगदी गजबजुन जाऊ लागला. अशाच एका दिवशी विकास यामिनीशी पर्सनल चॅट करण्यासाठी आला. छान पोस्ट असतात यामिनी तुझ्या. तुला भेटून आनंद झाला. शाळेत असताना होतीस तशीच आहेस तू अजून. ओके थॅंक्स. तु कुठे राहतेस? घरी कोण कोण असतं. वगैरे-वगैरे. ग्रुप सोडून विकास अधुनमधून यामिनीच्या पर्सनल अकाऊंटवर येत असे. थोडं फार बोलल्यावर यामिनी चॅटींग आवरतं घेण्याचा प्रयत्न करायची. परंतु विकास काही ना काही विषय काढून तिच्याशी चॅट सुरुच ठेवायचा. योगेश आणि यशला सांगावं असं काहीच गंभीर नव्हतं. म्हणून यामिनीनं अद्याप त्यांना या नव्या वर्गमित्राविषयी काहीच सांगितलं नव्हतं. पण एकदा विकास भावनेच्या भरात सगळं काही बोलुन गेला. यामिनी तू मला खूप आवडतेस. शाळेपासूनच तू मला आवडत होतीस. मी तुझ्यावर प्रेम करायचो. पण त्यावेळी हातात काय होतं? ना पैसा ना शिक्षण ना भवितव्य. पण यामिनी स्टील आय लव्ह यू. तू मला अजुनही तितकीच आवडतेस. तू अजुनही तितकीच सुंदर दिसतेस. विकासचे एकापाठोपाठ आलेले एसएमएस वाचून यामिनी नि:शब्द झाली. ती

ऑफलाईन झाली. नकळत का होईना तिनं नवऱ्याच्या, लेकाच्या पश्चात एका परपुरुषाशी चॅट केलं होतं. पण तो अनोळखी नव्हता. ओळखीचा तिचा तिचा वर्गमित्र होता.

नंतरही विकास तिच्याशी चॅट करायला यायचा. पण तो तिच्या दैनंदिन जीवनात जास्त रस घेतोय किंवा गोड बोलुन तिला भुलवू पाहतोय हे तिच्या लक्षात आलं तेव्हा यामिनीनं त्याला टणकावून सांगितलं. विकास मी तुझ्या भावनांचा आदर करते. बट् डोन्ट थिंक लाईक धिस. आपण दोघेही आता संसारी आहोत. या असल्या गोष्टींना मी तुला रिस्पॉन्स देऊ शकत नाही. एक चांगला मित्र म्हणून यू आर ऑलवेज वेलकम. पण त्यापलीकडे जाऊन तू काही एक्सपेक्ट करत असशील तर सॉरी फॉर दॅट पण तरीही विकासनं तिला मेसेज केला. डोन्ट बी मिसअंडरस्टॅंड यामिनी मला तुझ्याकडून काहीही नकोय. पण तू एकदा मला भेट. आय् वॉन्ट टू मिट यू. त्याच्याशी वाद न घालता यामिनीनं त्याला खूप समजावण्याचा प्रयत्न केला. पण विकास मधला पुरुष जागा झाला होता. परंतु ग्रुपमध्ये काही बोभाटा नको म्हणून यामिनीनं त्याला टाळायला सुरुवात केली. त्याला रिप्लाय देणं बंद केलं. यथाककाश तिनं त्याचा व्हॉटस्‌ॲप नंबर ब्लॉक केला. त्याला फेसबुकवर अनफ्रेन्ड केलं.

यामिनीच्या या असहकारामुळे विकास मधला पुरुष अधिकच चेतावळा. यामिनी स्टील आय् लव्ह यू आय वॉन्ट टू मिट यू, प्लीज एकदा भेट मला असा टेक्स मेसेज विकासनं यामिनीच्या मोबाईलवर पाठवला. त्यालाही यामिनीनं रिप्लाय दिला नाही. तेव्हा विथरलेल्या विकासनं तू मला एकदा भेट नाहीतर आपलं इतक्या दिवसाचं चॅट मी ग्रुपवर ओपन करेन. असा टेक्स् मेसेज सेंड करुन यामिनीवर दबाव आणायला सुरुवात केली. आता मात्र यामिनीचा धीर सुटला. लपवायचं म्हणून नाहीतर उगाच कशाला सांगा या विचारानं आजपर्यंत न सांगितलेली व्होल स्टोरी यामिनीनं अखेर योगेशला सांगितली. मनात अपराधी भावना होती. तरीही यामिनीला स्वत:बद्दल एक खात्री होती. योगेशच्या पश्चात तिनं चुकुनही कुठली चूक केली नव्हती. विकासच्या वाईट हेतूचा अंदाज न आल्यानं त्या क्रुरात्म्याशी चॅट केल्यामुळे यामिनीला स्वत:चाच राग येत होता. योगेशला सगळं सांगितल्यानंतर सुध्दा तिला अपराध्यासारखं वाटत होतं. तिचं मन तिला खात होतं. शेवटी योगेशनं तिची समजूत काढली. यामिनी आधी तू स्वत:ला दोष देणं बंद कर. तू कुठलीही चूक केलेली नाहीस. समाजात अशा काही विकृती आहेत. ज्या इनोसंट माहिलांना मुली-बाळींना बोलण्यात अडकवून, गुंतवून ठेवतात आणि नंतर फसवण्याचा प्रयत्न करतात. तू त्या विकासच्या दबावाला बळी न पडता मला सगळं स्पष्ट सांगितलंस हे छानच झालं. त्यामुळे तुला ब्लॅकमेल करायचा त्याचा डाव आपण हाणून पाडला. नाऊ डोन्ट वरी यामिनी. आय विल हॅंन्डल ऑल दिज थिंग्ज व्हेरी वेल. वेळ आलीच तर आपण माझ्या इन्स्पेक्टर मित्राची सावंतची मदत घेऊ. आधी तू काळजी करणं बंद कर. अशा विकृतींना आपण थारा द्यायचा नाही. की घाबरायचं पण नाही. उलट तू पहिल्यासारखीच बिनधास्त ग्रुपवर जा. एका विकृत आणि मुर्ख मित्रापायी बाकीच्या चांगल्या मित्रांची दोस्ती तोडायची काहीच गरज नाही. गो ॲन्ड एन्जॉय विथ युवर स्कुल फ्रेन्डस् यामिनी आय ॲम विथ यू.

योगेशच्या दिलाशानंतर यामिनी शांत झाली. त्याच्याच मदतीनं तिनं विकासचा कायमचा बंदोबस्त केला. काहीही चूक नसताना आयुष्याच्या मध्यावर जी काही नामुष्की ओढवली असती ती आता टळली होती. यामिनी स्थिर होती. पण का कुणास टाऊक तिला पेपरमधली बातमी वाचली आणि तिच्या आयुष्यातला तो मनस्तापानं भरलेला काळ आठवला. आणि त्याचवेळी तिच्या मनात विचार आला. स्त्रियांवर होणारे अत्याचार हे त्यांच्या परिचितांकडूनच जास्त प्रमाणात होतात. हे फार

पुर्वीपासून म्हटलं जायचं त्याचा पुसटसा अनुभव यामिनीला आजच्या एकविसाव्या शतकात आला होता. तिच्या नि :खळ मैत्रीचा, विश्वासाचा गैरफायदा घेण्याचा प्रयत्न तिच्या बालमित्रानं केला होता. परंतु योगेशनं दाखवलेल्या प्रगल्भपणामुळे, त्या दोघांच्या नात्यातल्या पारदर्शकतेमुळे, परस्परांमधल्या प्रामाणिकपणामुळे तो प्रयत्न अयशस्वी झाला. पण वर्तमानपत्रातली ती बातमी वाचून यामिनीच्या मनात असंख्य प्रश्न घोंघावू लागले.

चांगल्या घरातल्या, चांगल्या विचाराच्या महिलांना, लेकी-सुनांना त्रास देणाऱ्या समाजातल्या अशा पांढरपेशा विकृतांना सजा कशी होणार? कलीयुगातल्या अशा सुशिक्षित छुप्या दानवांना शिक्षा होणार तरी कशी? सोशल मिडियाचा प्रगतीसाठी उपयोग करुन घ्यायच्या ऐवजी एखाद्या स्त्रीपर्यंत सहज पोहोचण्याचा वाममार्ग म्हणून गैरवापर करणाऱ्या व्हाईट कॉलर नराधमांना कसं आणि कधी शासन होणार? कायद्याचा इतका धाक असता तर मुळात माणूस असा राक्षसारखा वागलाच नसता. परंतु कायद्यापेक्षाही मनाचा, माणुसकीचा धाक असणं अधिक गरजेचं आहे. यामिनीच्या आयुष्यातला तो बॅड पॅच योगेशच्या कणखर साथीनं संपला होता. तिच्या जखमेवर खपली चढली होती खरी. पण आतली जखम अशी अधूमधून भळभळत होती हे नक्की. रखमाला सूचना देत यामिनीनं टेबलवरचा पेपर आवरला. पण मनातल्या मनात ती पुटपुटत होती. देवी-देवतांना पुजणाऱ्या स्त्री-पुरुष समानतेचे गोडवे गाणाऱ्या, आया-बहिणींकडे एक मादी म्हणून पाहणाऱ्या माणसा तू कधी होशील माणूस? ●

रांगोळी...

(पान १२८ वरुन)

कला कायम टिकून राहावी म्हणून सतत प्रयत्नशील असतात. रांगोळी स्पर्धेमुळे सार्वजनिक जीवनातही खूप महत्व आहे. महाराष्ट्रात रांगोळी म्हटल्या जाणाऱ्या रांगोळीला बंगालमध्ये अल्पना, राजस्थानात मांडना, बिहारमध्ये अलिपन, उत्तर प्रदेशात चौकपूर्णा, गुजरातमध्ये साथियां, आंध्र प्रदेशात मुग्गु, तामिळनाडूमध्ये कोलम, केरळमध्ये पूविडाल म्हणतात. दीपावलीच्या मांगल्यपूर्ण आनंदात विद्युत दिव्यांच्या रोषणाईत विविध रांगोळी सजवा व सांस्कृतिक परंपरा कायम राखा.

मांगल्याचे प्रतीक आनंदाचे अनेक क्षण आपल्या चिमटीतून कधी पडून जातात ते कळत नाही. मात्र हलक्या हाताने ते एकमेकांना जोडले की एक रेखीव रांगोळी तयार होते. रांगोळी हे मांगल्याचे प्रतीक त्यामुळेच सणादिवशीच काय पण इतर वेळीही पहाटेच्या पवित्र वातावरणात रांगोळी सजवलेले अंगण बघितल्यावर मंगलमय प्रसन्न वाटते. गालिचा रांगोळी ही तर रंगांची उधळणच. वेगवेगळी शुभचिन्हे, प्रतीके वापरुन काढलेली विविध रंगात रंगलेली रांगोळी बघण्याइतकीच काढण्यातही मजा आहे. ●



मेष - मेष राशीचा स्वामी मंगळ असून वर्ण क्षत्रिय आहे. या राशीत चू, चे, चो, ला, ली, लु, ले, लो, आणि आ अशी अद्याशरे येतात. रसिक, रंगेल तसेच दिलदार, साहसी, आक्रमक परंतु स्पष्ट वक्तेपणा स्वभावात आढळतो. तर्कतीर्थ लक्ष्मणशास्त्री जोशी, महाराष्ट्राचे लाडके अष्टपैलु पु.ल. देशपांडे, राजकीय नेते शरद पवार, पार्श्वगायिका आशा भोसले, पंडीत भीमसेन जोशी, उपपंतप्रधान यशवंतराव चव्हाण, उद्योगपती वालचंद हिराचंद, इत्यादी जगप्रसिध्द व्यक्तींची मेष रास आहे. आठवा शनि जानेवारी अखेरीस भाग्यात प्रवेश करीत असल्याने जूनपर्यंत उत्तम कालखंड राहिल. अनेक अडचणीतून सुटका होण्याचे मार्ग येतील. आर्थिक समस्या दूर करता येतील. अतिशय महत्वाची कामे उरकून घ्यावीत. जुलै ते ऑक्टोबर पुन्हा संकटांना सामोरे जाण्याची तयारी ठेवावी लागेल. सप्टेंबरपासून वर्षभर विवाहाकरीता अनुकूल काळ राहिल. नोकरी धंद्यात सद्या व्यवस्थितपणा असला तरी सप्टेंबरपासून काहीना काही अडचणी निर्माण होतील. दुय्यम व्यवसायातदेखील त्रास संभवतो. विद्यार्थ्यांना उत्तरोत्तर प्रगती करता येईल. उतावीळपणा तसेच बेसावधपणा टाळून थोडेसे कष्ट घेतल्यास उत्तम श्रेणीमध्ये उत्तीर्ण व्हाल. परदेशगमनात इतरांवर विसंबल्यास फटका बसेल. राजकीय क्षेत्रात विश्वासघाताला तोंड द्यावे लागेल. वैवाहिक जीवनासाठी पूर्वार्ध उत्तम. आजारपणात भर पडणार याची दक्षता घ्यावी लागेल. अन्यथा प्रदीर्घ अथवा असाध्य रोगात रुपांतर होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. ज्यामुळे जीवास धोका निर्माण होईल. कोर्टाच्या कामात चांगल्या लोकांचा अडथळा टाळावा. संतान प्राप्तीसाठी उत्तरार्ध उत्तम. प्रेमात अचानक बदल. जागा-जमिनीच्या व्यवहारासाठी पूर्वार्ध बरा. उत्तरार्धात वास्तु दोषाचा प्रार्दुभाव होईल. साहित्यकला कौशल्य, नावलौकिक प्राप्त करता येईल. भाग्योदयासाठी झटावे लागेल. ज्यांच्या कुंडलीत चतुर्थ/दशम स्थानाशी संबंधित कालसर्प योग असेल त्यांनी श्रीकालसर्प यंत्राची समंत्र आराधना करावी. श्रीक्षेत्र त्र्यंबकेश्वर येथे शांती करावी. श्रीशनिस्तोत्र पठण करावे. शनिवारी तेलकट खाद्यपदार्थाचे दान वृध्द भुकेल्या भिक्षुकास सायंकाळी करावे. प्रात :काळी पिंपळ वृक्षास

जल अर्पण करावे. सर्वसाधारणपणे सर्व कार्याकरिता सोमवार, मंगळवार तसेच गुरुवार शुभ आहेत. पोवळे, माणिक, मोती, पुष्कराज रत्न तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने धारण करावे. सिंह तसेच धनु राशीच्या व्यक्ती लाभदायक.

वृषभ - योगकारक भाग्येश शनि आठवा होत असल्याने पूर्वार्धात राहू देखील चौथा असल्यामुळे अनपेक्षितपणे संकटे येतील. आर्थिक स्थिती अस्थिर होईल. पंचमातील गुरु उत्तरार्धात षष्टात तर आठवा शनि पुन्हा सप्तमात येईल. तसेच चौथा राहू पराक्रमात प्रवेश करीत असल्याने उत्तरार्ध उत्तोरत्तर सुखावह होईल. महत्वाचे निर्णय/कार्य जूननंतर कार्यान्वित करावे. नोकरी धंद्यातील अडचणींवर मात करता येईल. लॉटरीसारख्या मार्गाने काहींना धनलाभाचा योग निर्माण होईल. या राशीचा स्वामी शुक्र असून स्थिर आहे. या राशीचे चिन्ह धष्टपुष्ट बैल आहे. आकर्षक व्यक्तिमत्व लाभलेली रास! बहुतेकांचा बहुतेकांशी मतलबी संपर्क ठेवण्याकडे कल राहतो. कलाकौशल्यात रस असतो. खाण्यापिण्यात विशेष रुची. देवावर विश्वास/श्रध्दा असते. परंतु उपास-तापास करण्यात गुंतत नाही. भगवान श्रीकृष्ण, संत ज्ञानेश्वर, गायक कुमार गंधर्व, संत विनोबा भावे, संत गुरु नानक, शाहीर साबळे, संगीतकार राम कदम अशा महान व्यक्तींची जन्मरास वृषभ आहे. वृषभ, कन्या आणि मकर राशीच्या व्यक्ती विशेष लाभदायक. धनु राशीच्या व्यक्तींशी फारसे पटत नाही. चमकदार चंदेरी, निळसर, पोपटी रंग शुभ. पिवळाजर्द, सोनेरी लालभडक रंग सहसा वापरु नये. हिरा, नीलम, पाचू तज्ज्ञ ज्योतिषांच्या मार्गदर्शनाने धारण करावे. पुष्कराज, पोवळे सहसा धारण करु नये. बहुतेक कार्याकरीता शुक्रवार शुभ आहे.श्री शनि शिंगणापूरची तीर्थयात्रा करावी. श्रीशनिची सयंत्र मंत्र आराधना करावी. वृध्दव्यक्तीचा मान राखावा. जमल्यास वृध्दाश्रम, अनाथाश्रमासारख्या योग्य संस्थांना यथाशक्ती मदत करावी. परदेशगमनाची संधी पूर्वचौकशी अंती साधावी. राजकीय क्षेत्रातील छुपे डावपेच लक्षात येतील. कोर्टकचेरीच्या कार्यास विलंब होईल. प्रेमात बेफिकिरपणा टाळावा. विद्यार्थ्यांनी अभ्यासत एकाग्रता साधल्यास अपेक्षित यश प्राप्त होईल. आजारी व्यक्तींनी पूर्वार्धात योग्य उपचार जलदगतीने उरकावे. वैवाहिक जीवनात अस्थिरता अनुभवाल. विवाहकार्यासाठी गुरु अनुकूल आहे.

शुभ अनुकूल दिनांक - जानेवारी १८,२६ फेब्रुवारी २४ मार्च १३,१४ एप्रिल १०,२० मे ७,१७ जुन ४,१४ जुलै २८, ऑगस्ट ७,१६ सप्टेंबर १२,२१ ऑक्टोंबर १८,२८ नोव्हेंबर ६,१५,२४ डिसेंबर ३,१२,३०

प्रतिकुल दिनांक - जानेवारी ८,१६,२६ फेब्रुवारी ३,१२,२१ मार्च ३,१२,२१,३० एप्रिल ८,१७,२६ मे ५,१४,२३ जुन २,११,२०,२९ जुलै ८,१७,२६ ऑगस्ट ४,१३,२२,३१ सप्टेंबर १,१०,१९,२८ ऑक्टोंबर ७,१६,२५ नोव्हेंबर ३,१२,२२ डिसेंबर १,१०,१९,२८.

मिथुन - मिथुन राशीचा स्वामी बुध असून या राशीत का, की, कू, ड, छ, के आणि हा अशी अद्याक्षरे येतात. वायुतत्वाची तसेच शुद्रवर्ण आणि द्विस्वभावी आहे. तीव्र बुध्दीमत्ता तसेच उत्तम स्मरणशक्ती यांची दैवी देणगी लाभल्यामुळे वेगवेगळ्या किचकट विषयात रस घेऊन प्रगती साधतात. चिकित्सक मनोवृत्तीमुळे संशोधनासारखे महान कार्य करु शकतात. बोलकी वृत्ती आणि अभ्यासुपणा यामुळे उत्तम भाषणबाजी करता येते. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर, कवी कुसुमाग्रज, सिनेकलाकार मिथुन चक्रवर्ती, संत समर्थ रामदास, आचार्य अत्रे, संगीतकार सुधीर फडके कवी आरती प्रभू इत्यादी सुप्रसिध्द व्यक्तींची जन्मरास मिथुन आहे. अतिचिकित्सिकपणा, अतिचंचलपणा तसेच अतिधरसोडपणा सोडल्यास आयुष्यात उत्तम प्रगती साधता येईल. चौथा गुरु उत्तरार्धात पंचमात भ्रमण करणार त्यावेळी विवाह कार्यासाठी अनुकूल काळ वर्षभर पुढे राहील. संतती प्राप्तीसाठी केलेले प्रयत्न कारणी लागतील. प्रेमातील लपंडाव संपुष्टात आणण्यासाठी व्यवहारीपणा बाजुला ठेवावा लागेल. मोठ्या ओळखीचा फायदा करुन घेता येईल. विवाहस्थानीचा शनि विवाहाने भाग्योदय/भाग्याने विवाह दर्शवितो परंतु वैवाहिक जीवनात असंतुष्टता निर्माण होईल. उत्तरार्धात शत्रुंवर विजय प्राप्त होईल. आजारपण नियंत्रणात येईल. उत्तरार्धात राहु महाराज धनस्थानी येत आहेत. तर केतु आठवा येत आहे. अचानक लाभाचे योग येतील. कौटुंबिक समस्या मिटविता येतील. संशोधनात श्रेय इतर लोकांकडे जाण्याचा प्रयत्न होईल. राजकीय डावपेच खेळताना स्वत:च्या जिवाला धोका निर्माण होणार नाही याची दक्षता घ्यावी. काहीजणांना जादूटोण्याच्या प्रकाराला सामोरे जावे लागेल. जागा जमिनीचे व्यवहार शक्यतो पूर्वार्धात उरकून घ्यावेत. साहित्य कलाकौशल्य क्षेत्रात इतरांवर टीका करताना परिस्थितीचे भान ठेवावे. वृश्चिक राशीच्या व्यक्तींपासून सावध रहावे. त्यांच्या सुडबुध्दीमुळे नुकसान. तुळ, कुंभ राशीच्या व्यक्तीपासून उत्तम लाभ करुन घेता येईल. व्यवसाय, विवाह, प्रेम, मैत्री यासाठी विचार करावा. हिरवा, आकाशी, पिवळसर, चंदेरी रंग शुभफलदायी. लालभडक, पांढराशुभ्र, सोनेरी रंग टाळावा. बुधवार, शुक्रवार, गुरुवार, शनिवार बहुतेक कार्याकरीता शुभ आहे. सोमवार घातवार असून मंगळवार टाळावा. पूर्वार्धात श्रीगुरुचरित्र पारायण करावे. श्रीगुरुयंत्राची समंत्र आराधना करावी. गुरुवारी पिवळ्या रंगाच्या वस्तुचे/खाद्यपदार्थाचे दान गरजू व्यक्तीस करावे. धर्मादाय संस्थांना यथाशक्ती मदत करावी. गरीब होतकरु विद्यार्थ्यास शिक्षणासाठी सहाय्य करावे. उत्तरार्धात श्रीकेतुची स्तुती करावी. केतुचा मंत्रजप करावा. श्रीकेतुस्तोत्र पठण करावे. श्री केतुयंत्राची समंत्र आराधना करावी.

कर्क - भाग्येस गुरु तृतीयात तसेच चतुर्थात, राहूमहाराज धनस्थानी तसेच प्रथमात केतू आठवा तसेच विवाहस्थानी अष्टमेत शनि पंचमात तसेच षष्टात,आठवा नेपच्यून सहावा प्लुटो, हर्शल भाग्यात तसेच

दशमात भ्रमण करतील. जुलै, ऑगस्ट, सप्टेंबर, ऑक्टोबर हा कालावधी वगळता अभ्यासात यश मिळविण्यासाठी उर्वरित काळ अतिशय उत्तम आहे. त्यामुळे थोडाफार त्रास सोडल्यास विद्यार्थ्यांना भरघोस गुण प्राप्त करता येतील. श्रीगणेशयंत्राची साधना शनिवारी सुरु करावी. नोकरीधंद्यातील बहुतेक अडी-अडचणी दूर होत असल्याचे अनुभवास येईल. पार्टटाईम जॉब/साईट बिझनेस यामध्ये काहींना नुकसान सोसावे लागेल. पोलिस सैन्यदल, खेळाडू यांना नवीन संधी मिळेल. परंतु जोखीमयुक्त राहील. साहित्यकला क्षेत्रातील लोकांना मान पुरस्कार मिळविता येईल. श्रीमंगळयंत्राची समंत्र आराधना करावी. अचानक कमी कष्टात जास्त लाभाचे योग पूर्वार्धात साधता येतील. मूळ पत्रिकेतील सूर्य, मंगळ, गुरु उत्तम अवस्थेत असल्यास इस्टेटीचा देखील लाभ होऊ शकेल. खर्चावर नियंत्रण ठेवणे आवश्यक राहिल. व्यवसायातून व्यवस्थित आर्थिक प्राप्ती होण्यासाठी श्रीयंत्राची आराधना करावी. श्रीसूक्त पठण करावे. रोगस्थानीचा शनि रोगबाधा दूर करील. पण त्यासाठी पथ्यपाणी आवश्यक राहील. वैद्यकीय उपचाराने आजारपण संपुष्टात येत नसल्यास दैवी उपायांनी योजना सावधपणे करावी. श्रीमहामृत्युंजय यंत्राची समंत्र आराधना विशेष फलदायी. उत्तरार्धात पिवळ्या वस्तुचे दान करावे.

उत्तरार्धात वैवाहिक जीवनात स्फोटक परिस्थिती निर्माण होऊ शकते. ज्यांच्या मूळ जन्मकुंडलीत प्रथम/सप्तम स्थानात राहू/केतू असेल अशांनी श्रीक्षेत्र त्र्यंबकेश्वरी श्रीकालसर्प शांती करावी व कालसर्प लॉकेट धारण करुन कालसर्प मंत्र म्हणावा. विवाहकार्याकरीता पूर्वार्धात गुरुबल राहील. भाग्योदयाची संधी येईल. काहींना परदेशगमन करावे लागेल. संतानप्राप्तीत उत्तरार्धात अडथळे येतील. आध्यात्मिक क्षेत्रात कार्यरत असणाऱ्यांना इच्छित साधनेत प्रगती साधता येईल. सामाजिक सेवाकार्याचे चीज होईल. राजकारणातील कुरघोडी मनाला लागेल. प्रेमात अस्थिरता राहील. भावनाविवश होऊन निर्णय घेणे नुकसानकारक. साहित्य, काव्य, कला नाट्य आदि क्षेत्रात स्वमनाचे प्रतिबिंब निर्माण कराल. कोर्टातील कामे निकाली काढता येतील. शत्रुपीडा दूर होईल.

अनुकूल दिनांक - जानेवारी ५,१४,२३ फेब्रुवारी १,१०,१९,२८ मार्च ९,१८,२७ एप्रिल ६,१५,२४ मे ३,१२,२१,३० जुन ९,१८,२७ जुलै ६,१५,२४ ऑगस्ट २,११,२०,२९ सप्टेंबर ८,१७,२६ ऑक्टोंबर ५,१,४,२३ नोव्हेंबर १,१०,१९,२८ डिसेंबर ८,१७,२६.

सिंह - नावाप्रमाणे या राशीचे चिन्ह सिंह आहे. या राशीचा स्वामी सूर्य असून या राशीत मा, मी, मू, मे, मो, टा, टी, टू, टे अशी अद्याक्षरे येतात. अतिशय रागीट, मानी, हट्टी, अहंकारी, दांडगाई करणारा स्वभाव असल्यामुळे यांच्याशी उघडपणे शत्रुत्व करण्यास कोणी सहसा धजावत नाही. अति सत्यवादी, स्तुतीप्रिय, अतिदयाळूपणा, अतिस्पष्टवक्तेपणा, अतिआत्मविश्वास, घमेंडीपणा इत्यादी गुणांमुळे बऱ्याच वेळा नुकसान सोसावे लागते. महत्वाकांक्षी, नेतृत्वक्षमता, जबरदस्त इच्छाशक्ती, आशावादी, त्यागी यामुळे लोकप्रिय होतात. तसेच यश प्राप्त करतात. अभिनेत्री जयश्री गडकर, साने गुरुजी, पंतप्रधान मोरारजी देसाई, ज्ञानपीठ विजेते वि. स. खांडेकर, चतुर बिरबल, व्यंगचित्रकार आर. के. लक्ष्मण इत्यादी सुप्रसिध्द व्यक्तींचा जन्म सिंह राशीवर झाला आहे. विवाहस्थानी तसेच रोगस्थानी केतु, गुरुमहाराज धनस्थानी तसेच पराक्रमात शनिमहाराज पंचमात तसेच चतुर्थात हर्शल अष्टमात तसेच भाग्यात नेपच्यून विवाहस्थानी तर प्लुटो पंचमात वर्षभर गोचरीने भ्रमण करणार आहेत. त्यामुळे उत्तरार्धात विवाहकार्यातील तसेच वैवाहिक जीवनातील अडथळे दूर होतील. प्रेमातील सत्यता पूर्वार्धात पडताळून पाहता येईल. पूर्वार्धात आर्थिक परिस्थिती उत्तम राहील. नोकरीधंद्यात जुळवून घ्यावे लागेल. खर्चावर नियंत्रण ठेवणे काहीसे कठीण वाटेल. आजारपणाती उपाय योजना पूर्वार्धात कार्यान्वित झाल्यास गुण येईल. उत्तरार्धात वैद्यकीय इलाज लागू पडणे कमी संभविते. कोर्टाच्या कामात उगीच अडचणी निर्माण झाल्यासारखे वाटेल. मनोबल खच्ची करण्याचा विरोधकांकडून प्रयत्न केला जाईल. विद्यार्थ्यांनी बेसावध न राहता वास्तवतेला सामोरे जाणे आवश्यक आहे. इतरांवर विसंबून न राहता स्वत:च स्वत:चे काम करणे. परदेशगमनासाठी उत्तरार्ध बरा राहिल. राजकारणात काहीवेळा मनाविरुध्द झुकावे लागते. तसेच राजकारणात कोणीही कोणाचाही कायमचा शत्रू नसतो. याची जाणीव ठेवून व्यवहाराकडे लक्ष दिल्यास संसारदेखील सुखाचा होईल. ज्यांच्या मूळ जन्मपत्रिकेत प्रथम/ सप्तम स्थानात राहू/ केतू असेल त्यांनी वैवाहिक संघर्ष शांत होण्यासाठी श्रीक्षेत्र त्र्यंबकेश्वर येथे श्री कालसर्प शांती तज्ज्ञांच्या मार्गदर्शनाने उरकावी. वृध्दाश्रमास यथाशक्ती मदत करावी. निराधार, वृध्द व्यक्तींना आधार द्यावा. श्रीशनि महात्म्य पठण करावे. शनिवारी श्रीशनिच्या/श्री मारुतीच्या मूर्तीस ११ काळे उडीद पायाशी अर्पण करावे. शनिवार घातवार असून बहुतेक कार्याकरीता गुरुवार, रविवार, मंगळवार शुभ आहेत. लालसर, गुलाबी, पिवळसर, सोनेरी रंग शुभ फलदायी. काळाकुट्ट, गडद निळा रंग टाळावा. नीलम रत्न सहसा वापरु नये. पोवळे, माणिक, पुष्कराज रत्न तज्ज्ञाच्या सल्ल्याने धारण करावेत. मकर राशीच्या व्यक्तीपासून सावध राहावे. मेष, सिंह, धनु राशीच्या व्यक्तींशी मैत्री, भागीदारी, विवाह लाभदायक राहील.

कन्या - कन्या राशीचा स्वामी बुध हा कन्या राशीतच उच्चीचा असतो. त्यामुळे कुशाग्र बुध्दीची देणगी लाभते. या राशीच्या स्त्रियांचे वय सहसा लवकर ओळखू येत नाही. काहींचा अतिबुध्दीमत्तेमुळे स्वभाव संशयी होतो. द्विस्वभावी स्थितीची राशी असल्यामुळे मनस्थिती द्विधा असते. धरसोड स्वभावामुळे निर्णय वेळेवर घेता येत नाहीत. भावनेपेक्षा व्यवहाराला महत्व दिल्यामुळे व्यापारात यशस्वी होतात. परंतु मानसिक सुखशांती मिळत नाही. संशोधनात यश मिळवितात.

उत्तम भाषाज्ञानी, प्रतिभाशाली असल्यामुळे उत्तम साहित्यकला कृती निर्माण करु शकतात. कुटुंबवत्सल तसेच स्वच्छताप्रिय असतात. टीकात्मक, खोचक बोलणे, तापटपणा यामुळे नुकसान होते. बुधवार तसेच शुक्रवार शुभ असून शनिवार घातवार आहे. मेष राशीच्या व्यक्तीपासून त्रास होतो. वृषभ, कन्या, मकर राशींच्या व्यक्तींशी उत्तम मैत्री जुळते. व्यवसायात/भागीदारीत टिकाऊपणा राहतो. लालभडक रंग टाळावा. हिरवागार रंग शुभफलदायी. पोवळे, माणिक, मोती सहसा वापरु नये. पाचू, हिरा, नीलम रत्न तज्ज्ञाच्या मार्गदर्शनाने धारण करावे.

अनुकूल दिनांक - जानेवारी १,१०,१९,२८ फेब्रुवारी ६,१५,२४ मार्च ४,१३,२३,३१ एप्रिल १,१०,१९,२८ मे ७,१७,२६ जुन ४,१३,२२,३० जुलै १०,१९,२८ ऑगस्ट ७,१६,२५ सप्टेंबर ३,१२,२१,३० ऑक्टोबर ९,१८,२८ नोव्हेंबर ६,१५,२४ डिसेंबर ३,१२,२१,३०.

प्रतिकूल दिनांक - जानेवारी ८,१६,२६ फेब्रुवारी ३,१२,२१ मार्च ३,१२,२१,३० एप्रिल ८,१७,२६ मे ४,१४,२३,३१ जुन २,११,२०,२९ जुलै ८,१७,२६ ऑगस्ट ५,१४,२३ सप्टेंबर १,१०,१९,२८ ऑक्टोबर ७,१६,२५ नोव्हेंबर ४,१२,२२ डिसेंबर १,१०,१९,२८. केंद्रस्थानी गुरुमहाराज, लग्न व धनस्थानी, पंचमेत शनिदेव तृतीय व चतुर्थस्थानी, राहू बाराव्या तसेच लाभ स्थानी केतु तसेच संततीस्थानी हर्शल सप्तम व अष्टमस्थानी नेपच्यून रोगस्थानी प्लुटो सुखस्थानी भ्रमण करतील. विद्यार्थ्यांनी उत्तरपत्रिका लिहिताना मनात कोणतीही शंका न बाळगता एकाग्रता साधावी. संतान प्राप्तीसाठी पूर्वार्धात केलेले प्रयत्न कारणी लागतील. विवाहकार्यासाठी केलेली धडपड यश मिळवून देईल. वैवाहिक जीवनातील महत्वाचे निर्णय घेताना हितचिंतकांचा सल्ला जरुर घ्यावा. प्रेमात व्यवहार टाळावा. संकटाच्या वेळी निरपेक्ष, सत्यप्रेम पाठीशी उभे राहते. ज्यामुळे जीवनातील बरेच प्रसंग आपोआप टळतात. अचानक खर्चाचे योग आल्यामुळे बचत करणे अशक्य होईल. उत्तरार्धात आजारपणावर योग्य उपचार लागू पडतील. तथापि पूर्वार्धात दैवी उपायांचा श्रध्दापूर्वक योग्य मार्गदर्शनाने अवलंब केल्यास आराम प्राप्त होईल. राजकारणात बुध्दीबळाची चाल नेहमीच यशस्वी होतेच असे नाही. काहीवेळा यशस्वी माघार घेणे शहाणपणाचे असते. काहींना साहित्यकला क्षेत्रात उत्तम कामगिरीबद्दल मान-सन्मान मिळविता येईल. आर्थिक सुबत्तेसाठी श्रीयंत्राची साधना जाणकार व्यक्तीकडून समजावून घ्यावी व करावी. श्रीराहूचा मंत्रजप श्रध्दापूर्वक करावा. गरजू, गरीब व्यक्तीला आवश्यक ती मदत यथाशक्ती करावी. अमावस्येला श्रीशनिदेवासाठी तैलवस्तुचे दान योग्य व्यक्तीला करावे. घरातून एक चांगला नारळ ओवाळून मंदिरात अर्पण करावा.

तुळ - मुख्यमंत्री वसंतदादा पाटील, शाहीर दादा कोंडके, संत तुलसीदास, गायक डॉ. वामनराव देशपांडे, लक्ष्मीकांत बेर्डे, रणजित देसाई, भक्ती बर्वे, अभिनेत्री स्मिता पाटील, विनोदसम्राट चार्ली चॅप्लीन, सुपरस्टार अमिताभ बच्चन, खासदार राम जेठमलानी अशा असंख्य व्यक्तींची तूळ रास आहे. या राशीचे चिन्ह नावाप्रमाणे तराजू आहे. चरस्थितीची तसेच वायुतत्वाची ही रास शुक्राच्या मालकीची आहे. त्यामुळे आकर्षक व्यक्तीमत्व असते. प्रत्येक गोष्टीत समतोल साधण्याचा प्रयत्न करतात. या राशीच्या व्यक्ती उत्तम न्यायाधीशाप्रमाणे वागतात. कलाकौशल्यात पारंगत होता येते. प्रेमातील बेसावधपणा नडतो. त्याचेच पडसाद साहित्यकला निर्मितीत जाणवतात. अहंकाराच्या नादी लागल्यामुळे नुकसाने होते. लहरीपणा तसेच मोठेपणा यामुळे कार्यात अडथळे होतात. मीन राशीच्या व्यक्तीपासून नुकसान संभविते. मिथुन, कुंभ राशीच्या ओळखीपासून प्रेमात/भागीदारीत यश मिळवू शकता. गुरुवार घातवार असून बहुतेक कार्याकरीता शुक्रवार शुभ आहे. पुष्कराज रत्न सहसा वापरु नये. हिरा, निलम तसेच अलेक्झाड्रा रत्न तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने धारण करावे. आकाशी, हिरवा, राखाडी रंग शुभ फलदायी. लालभडक, पिवळाधमक रंग टाळावा. या राशीत रा, री, रु, रे, रो, ता, ती, तू ते अशी अद्याक्षरे येतात. बारावा व जन्मस्थ गुरु खर्चाचे प्रमाण वाढविणारा राहिल. चांगुलपणामुळे अथवा चांगल्या व्यक्तींमुळे निष्कारण त्रास निर्माण होईल. विवाहकार्यासाठी तसेच संतानप्राप्तीसाठी सप्टेंबर पासून गुरुबल प्राप्त होईल. शनिमहाराज धनस्तानातून साडेसाती संपवून पराक्रमात गेल्यामुळे जूनपर्यंत बऱ्याच कार्यातील अडथळे दूर होतील. नंतर ऑक्टोबरपर्यंत पुन्हा साडेसातीचा त्रास भोगावा लागेल. कौटुंबिक, आर्थिक, शैक्षणिक, व्यावसायिक याबाबतीत काही निर्णय स्थगित ठेवणे शहाणपणाचे ठरेल. त्यावेळी ज्योतिषतज्ज्ञांची सल्लामसलत करावी. विद्यार्थ्यांनी मोठेपणाचा हव्यास सोडावा. वास्तवतेचा सामना करावा. स्वप्नात राहू नये. राजकारणात उगीचच शब्द देऊन फसू नये. राहू लाभात तसेच दशमात तर केतू पंचमात तसेच सुखात भ्रमण करणार. त्यामुळे नोकरी धंद्यात अचानक बदल संभवितो. काहींना बढती बदलीचे योग येतील. साहित्यकलाक्षेत्रात अचानक नावलौकिक प्राप्त होईल. नवीन वास्तु घेताना अदृश्य वास्तुदोषासंबंधी माहिती करुन घ्यावी. व त्यावर उपाय करावेत. आई-वडिल, सासु-सासरे यांच्याबाबत त्रास संभवितो. परदेशगमनाचे योग लांबणीवर टाकणे हितावह राहील. कोर्टातील कामे विरुध्द जाण्याची शक्यता राहील. त्यामुळे प्रत्येक तारखेला उपस्थित राहून योग्य कार्यवाही करणे जरुरीचे आहे. आजारपणात भर पडण्याचा योग आहे. वैद्यकीय सल्ल्यानुसार पथ्यपाणी पाळावे. अध्यात्मात अहंकार त्यागावा लागतो तरच आध्यात्मिक शांतीसुख प्राप्त होते.

वृश्चिक - या राशीचे चिन्ह नावाप्रमाणे विंचू आहे. मंगळ स्वामी असून विप्र वर्ण, जलतत्व स्थिर स्थितीची रास आहे. या राशीत तो, ना, नी, नू, ने, नो, या यी, यू अशी आद्याक्षरे येतात. धनेश व पंचमेश गुरुमहाराज लाभात तसेच व्ययान साडेसतीचा शनि धनस्थानी

व लग्न स्थानी, राहू महाराज कर्मस्थानी तसेच भाग्यस्थानी, केतु चौथा व तिसऱ्यास्थानी हर्शल पंचमात व शत्रुस्थानी नेपच्यून चौता, प्लुटो धनस्थानी वर्षभरात भ्रमण करतील. आरोग्याच्या दृष्टीने पूर्वार्ध त्यातल्या त्यात बरा जाईल परंतु उत्तरार्धात आजाराचे निदान अचूक तसेच वेळेवर होणे काहीवेळा अशक्य होईल. अशावेळी पिवळ्या वस्तुचे यथाशक्ती दान श्रीदत्ताचे मंदिरात अर्पण करावे. गरजू, ज्ञानी, गरीब व्यक्तीस मदत करावी. काहींना छातीशी संबंधित त्रास होईल. मधुमेह, मुखरोग संभवितात. साडेसातीमुळे बऱ्याचदा आर्थिक गणित चुकेल. बचत अशक्य असली तरी नेहमीचा खर्च करावाच लागेल. जून ते ऑक्टोबर दरम्यान काहीशी अर्थिक प्राप्ती व्यवस्थित होईल. श्रीमारुतीरायाला तेलकट खाद्यपदार्थाचा नैवेद्य दाखवून वृध्द गरीब भुकेल्यांना वाटावा कर्ज देणे/घेणे करण्यापुर्वी विचार करावा. इतरांशी चर्चा करावी. तसेच कोणालाही जामिन राहण्यापुर्वी इतरांचा सल्ला घ्यावा. अन्यथा आर्थिक संकटाला तोंड द्यावे लागेल. जाणकार व्यक्तीकडून श्रीसप्तशक्तीचा पाठ करुन घ्यावा. स्वत:देखील श्रध्देने करावा. साडेसाती असली तरी गुरुची दृष्टी असल्यामुळे विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक प्रगती करता येईल. यासाठी निर्माण होणाऱ्या अडीअडची गुरुजनांना/घरातील वडिलधारी व्यक्तींना वेळेवर सांगणे आवश्यक आहे. शिक्षणाखेरीज खेळासारख्या इतर क्षेत्रातदेखील नैपुण्य प्राप्त करता येते. विवाहकार्यासाठी पूर्वार्धात गुरु अनुकूल आहे. किंबहुना काहींना प्रेमविवाह करता येईल. मौन राहून चालणार नाही. वैवाहिक जीवनातील वादळ उत्तरार्धात संभवितो. वेळेवर गैरसमज दूर केल्यास त्रासाची तीव्रता कमी होईल. श्रीकुलदेवीची उपासना करावी. मूळस्थानी जाऊन मानपान द्यावा. तसेच शुक्रयंत्राची समंत्र आराधना करावी. पुर्वार्धात राहू दशमात तर गुरु लाभात आणि शनि धनस्थानी असल्यामुळे नोकरीधंद्यात केलेल्या कष्टाचे फळ मिळेल. साडेसातीमुळे मनासारखे सगळच होईल असे नाही. काहीना बढती बदलीचे योग येतील. सरकारी क्षेत्रात कार्यरत असणाऱ्यांनी विशेष दक्षता घ्यावी. अचानक कसोटीचा काळ निर्माण होईल. संतानप्राप्तीसाठी पूर्वार्ध उत्तम. प्रवासात खर्चाचे प्रमाण वाढेल. राजकारणात शांत राहून चालणार नाही. अध्यात्मात विशेष प्रगती होऊन काहींना साक्षात्कार होईल. कोर्टाशी संबंधित कामे उत्तरार्धात यशस्वी होतील. जागा जमिनीचे व्यवहार लांबणीवर पडतील. सामाजिक कार्याची माहिती इतरांना देणे आवश्यक राहील. साहित्यकला क्षेत्रात प्रगती साधण्यासाठी सल्ला घेणे जरुरीचे आहे.

धनु - देवगुरु बृहस्पती यांचे स्वामित्व असलेली धनुरास अग्नितत्वाची तसेच क्षत्रिय वर्णाची आहे. अर्धा मानव व अर्धा अश्व असे राशीचिन्ह आहे. या राशीत मूळ आणि पूर्वाषाढा ही नक्षत्रे संपूर्ण येतात. तसेच उत्तराषाढा नक्षत्राचा पहिला चरण येतो. ये, यो, भा, भी, भू, धा, फा, ढा, भे अशी अद्याक्षरे या राशीत येतात. विश्वसुंदरी ऐश्वर्या राय, महर्षी अरविंद घोष, क्रिकेटपटू सचिन तेंडुलकर, संत कबीर, राजकवी भा. रा. तांबे, उद्योजक धीरुभाई अंबानी, नोबेल विजेते शास्त्रज्ञ सी. वेंकटरमण, बॅरिस्टर रामराव अदिक, संत एकनाथ महाराज अशा महान व्यक्ती धनु राशीवर जन्मल्या. लग्नेश सुखेश गुरुमहाराज कर्मस्थानी तसेच लाभस्थानी साडेसातीचा शनिदेव लग्नी तसेच व्ययस्थानी राहू भाग्यात व मृत्यूस्थानी, केतु पराक्रमात व धनस्थानी, हर्शल चतुर्थ तसेच पंचमस्थानी प्लुटो प्रथमस्थानी सर्वसाधारणपणे वर्षभरात भ्रमण करणार आहेत. त्यामुळे त्यामुळे हे वर्ष एकंदरीत संमिश्र फलदायी राहिल. साडेसातीची तीव्रता अधुन-मधून विशेषत: उत्तरार्धात जाणवेल. आर्थिक दृष्टीने उलाढाली वाढतील. परंतु बचत कमी राहिल. खर्च होणारच आहे. तो योग्य ठिकाणी केल्यास भविष्यकाळात पश्चाताप होणार नाही. गुरुकृपेने पैशाची आवक कमी प्रमाणात का होईना होत राहिल. अचानक खर्चाचे योग असले तरी काहीना अचानक लाभाची शक्यता राहिल. मूळ जन्मपत्रिकेत तसा बलिष्ठ योग असणे जरुरीचे. आजारी व्यक्तींनी श्रध्देने उपचार सुरु ठेवावेत म्हणजे लागू पडतील. अन्यथा उत्तरोत्तर तीव्रता वाढत जाऊन काहीना रोग आटोक्यात ठेवणे मुष्कील होईल. उत्तरार्धात देवदेवस्कीच्या प्रकारात काहीजणांना तोंड द्यावे लागेल. विवाहकार्यासाठी अनुकूल वर्ष आहे. अडलेल्यांचे विवाह उत्तरार्धात होऊ शकतील. वैवाहिक जीवनात संशय टाळावा. तसेच आंधळा विश्वासदेखील नसावा. प्रेमाने काही गोष्टी सुधारता येतात. वैवाहिक सौख्यासाठी श्रीलक्ष्मीनारायणाची आराधना करावी. भाग्योदयाची संधी अचानक येईल. प्रवासात काळजी घेणे महत्वाचे. विद्यार्थ्यांना कष्टाशिवाय पर्याय नाही. इतरांना शिकविण्याच्या भानगडीत न पडता सर्वप्रथम स्वत:च्या अभ्यासाकडे लक्ष देणे जरुरीचे. अभ्यासाबरोबर खेळणे देखील आवश्यक. परिक्षेत सर्वोत्तम गुण प्राप्त होण्यासाठी श्रीगणेश, सरस्वती मंत्राचा रोज थोडातरी जप करावा. नोकरीधंद्यात उत्तम स्थिती ठेवण्यासाठी मानसिक स्थिरता/शांती असणे गरजेचे अन्यथा मानसिक असंतुलनाचा शत्रू गैरफायदा घेतील. पदोन्नती, वेतनवाढीसाठी स्वअंहकार बाजुला ठेवून तोंड उघडणे. कारण रडल्याशिवाय आईदेखील मुलाला दुध पाजीत नाही. राजकारणात डळमळीत स्थान होत असल्याचे अनुभवास येईल. कसोटीचा काळ आहे. उगीचच इतरांवर विश्वासून/विसंबुन राहू नये. विश्वासघात होऊ शकतो. सामाजिक सेवेचा फायदा होईल. अध्यात्मात निष्कारण वाहत जाऊ नका. भोंदुबाबांच्या नादी लागून त्रास ओढवून घेऊ नका. जागा-जमिनीच्या व्यवहारात प्रगती होईल. साडेसातीमुळे मनासारखे, वेळेवर घडेलच असे नाही. श्रीशनि यंत्राची समंत्र आराधना करावी. वृध्दांची सेवा/वृध्दाश्रमास यथाशक्ती मदत करावी. काळ्या उपयोगी वस्तुंचे दान करावे. गरजू व्यक्तीस करावे. श्रीराहूचा मंत्रजप करावा.

मकर - या राशीचा अधिपती शनिदेव असून या राशीची लोकं कष्टाळू, महत्वाकांक्षी असतात. यांना ऐपोआरामी जीवन फारसे

मोहवत नाही. सेवाभावी वृत्ती, आशावादी प्रयत्नवादी सदैव कार्यरत असल्यामुळे यांची उत्तरोत्तर ध्येयाकडे वाटचाल होत राहते. परंतु तापटपणा आणि अहंकारी वागणे उफाळून आल्यास काहींना त्याचा फटका बसतो. भूतकाळातील गोष्टी उगाळत बसणे काहींना सवय असते. त्यामुळे काही विरोधकांना त्याचा फायदा होतो. राजकीय क्षेत्रात हुशारीने डावपेच खेळतात. अनुभवसिध्द व्यक्तीमत्वाचा फायदा भविष्यकाळात इतरांना होतो. घरगुती वातावरण व्यवस्थित नसतो. त्यामुळे काही अलिप्त राहतात तर काहीजण विरक्तपणा धारण करतात. धोरणी स्वभाव, चौकस बुध्दीमत्ता, काटकसर करण्याची सवय शिस्तबध्दता, सहनशीलपणे वागणे अशा गुणांमुळे बऱ्याच व्यक्तींना लोकप्रियता लाभते. चरस्थिती असल्यामुळे या राशीच्या व्यक्ती नेहमी काहींना काही करत असतात. मग ते योग्य असो वा नसो. आवडीचे असो वा नसो. त्यामुळे कधी त्यांना कामाचे फळ लवकर चांगले मिळते. तर काही वेळा फळ मिळतच नाही. उलट गैरसमज वाढतात. वेळ वाया जातो. या राशीचे चिन्ह मगर आहे. यांच्या कार्याचा आवाका फारच मोठा असतो. काहीवेळा भरपुर पाठिंबा/ प्रसिध्दी मिळते. तर काही वेळा कोणीच विचारीत नाही. उलट निंदानालस्तीदेखील वेळप्रसंगी भोगावी लागते. सिंह राशीच्या व्यक्तीपासून त्रास सहन करावा लागतो. तर कुंभ, कन्या, वृषभ, तूळ राशींच्या व्यक्तींच्या सहवासात शांती लाभते. मन प्रसन्न होते. ओळखी वाढतात. माणिक, पुष्कराज रत्नामुळे नुकसान संभविते. नीलम, हिरा, पाचू रत्ने तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने धारण केल्याने मन स्थिर होते. आत्मशक्ती/आत्मविश्वास वाढतो. परिस्थितीशी मुकाबला करण्याची शक्ती लाभते. यावर्षी लग्नेश शनिदेव लाभात तसेच बाराव्या स्थानातून भ्रमण करणार आहेत. त्यामुळे साडेसातीचा प्रभाव निर्माण होतो. मानसिक अशांती खर्चाची तीव्रता अनाठायी प्रवास आजारपण निर्माण होईल. व्ययेश गुरु भाग्यातून तसेच कर्मस्थानातून वाटचाल करील. भाग्योदयासाठी झटावे लागेल. परदेशगमनाची संधी कारणी लावावी. नोकरीधंद्यातील असंतुष्टता संपुष्टात आणावी. व्यवसायात बदल करणे काहीवेळा हितावह असते. राजकारणात चांगल्या व्यक्तींमुळे अडचणीत येण्याचा योग. आठवा राहू नंतर सप्तमात तर केतू धनातून लग्नी येणार आहे. अचानक लाभाचे योग तसेच अचानक संकटाचे योगदेखील येतात. वैवाहिक जीवनात पहिल्यासारखी सहनशीलता उरणे कमी संभविते. म्हणून जीभेवर नियंत्रण ठेवणे आवश्यक राहिल. इतरांचे ऐकून निर्णय घेऊ नका खऱ्याखोट्याची शहानिशा करावी. कोणतीही गोष्ट ताणून धरु नये वा टांगती ठेवू नये. निर्णय घेणे क्रमप्राप्त राहिल. विद्यार्थ्यांना शिक्षणात संशोधनासारख्या गोष्टींची आवड निर्माण होईल. किचकट बाबतीत योग्य मार्गदर्शन घेऊन अभ्यास पूर्ण करावा. कोर्टातील कामात दिरंगाई टाळावी. सबुरीने घेण्याची गोष्ट नाही. काहींना काही वेळा काळ्या जादूचा प्रभाव असल्यासारखे जाणवत राहील. भगवान श्रीशिव शंकराची श्रध्देने आराधना करावी. ॐ नमः शिवाय मंत्राचा जप करावा.

कुंभ - नावाप्रमाणे या राशीचे चिन्ह पाण्याने भरलेली घागर आहे. स्थिर स्थितीची परंतु वायुतत्वाची रास आहे. या राशीत येणारी अद्याक्षरे आहेत गू, गे, गो, सा, सी, सू, से, सो आणि दा या राशीत धनिष्ठा नक्षत्राचे पहिले तीन चरण येतात. या राशीचे स्वामित्व शनिकडे आहे. बहुतेक कार्याकरीता शनिवार तसेच शुक्रवार शुभ आहे. गुरुवार घातवार आहे. मैत्री, भागीदारी वा इतर नातेसंबंध जोडण्यासाठी मिथुन, तुळ राशीच्या व्यक्ती उत्तम. कर्क राशीच्या व्यक्ती नुकसानदायी ठरु शकतात. निळसर, राखाडी, पोपटी रंग शुभ फलदायी पांढराशुभ्र, पिवळाजर्द, लालभडक रंग सहसा वापरु नयेत. नीलम, हिरा, पाचू रत्ने तज्ज्ञाच्या सल्ल्याने सिध्द करुन वापरल्यास शिक्षण भाग्योदय, संतान प्रेम याबाबतीत मनासारखे घडण्यात सकारात्मक घटना घडतील. मानसिक स्थिरता तसेच शांतीसाठी अलेक्झांड्रा रत्न करंगळीत धारण करावे.

अनुकूल दिनांक - जानेवारी ३,१२,२१,३० फेब्रुवारी ८,१७,२६ मार्च ७,१६,२५ एप्रिल ४,१३,२२,३० मे १,१०,१९,२८ जुन ६,१५,२४ जुलै ३,१२,२१,३० ऑगस्ट ९,१८,२७ सप्टेंबर ५,१४,२३ ऑक्टोंबर ३,१२,२१,३० नोव्हेंबर ८,१७,२६ डिसेंबर ९,१४,२४.

प्रतिकूल दिनांक - जानेवारी ९,१८,२७ फेब्रुवारी ६,१५,२४ मार्च ५,१४,२४ एप्रिल १,१०,२०,२९ मे ७,१७,२६ जुन ४,१३,२२,३० जुलै १,१०,१९,२८ ऑगस्ट ७,१६,२५ सप्टेंबर ३,१३,२१,३० ऑक्टोंबर ९,१८,२८ नोव्हेंबर ६,१५,२४ डिसेंबर ४,१२,२२,३१. यावर्षी लग्नेश व व्ययेश शनि कर्मस्थानी तसेच लाभस्थानी, धनेश व लाभेस गुरुमहाराज आठव्या तसेच भाग्यस्थानी, राहू विवाहस्थानी तसेच शत्रूस्थानी केतु लग्नस्थानी तसेच व्ययस्थानी हर्शल धनस्थानी तसेच पराक्रमस्थानी, नेपच्यून प्रथमस्थानी, प्लुटो लाभस्थानी भ्रमण करणार आहेत. त्यामुळे ज्यांच्या मुळ जन्म कुंडलीत लग्न तसेच विवाहस्थानाशी संबंधित कालसर्प योग झाला असेल त्यांना पूर्वार्धात वैवाहिक सौख्याबाबत त्रास संभवितो. ज्यांच्या मूळ जन्मकुंडलीत प्रथम/ सप्तम स्थानी राहू/केतू असेल अशांना घटस्फोटासारख्या स्फोटक परिस्थितीला सामोरे जावे लागण्याची शक्यता राहिल. त्यांनी तज्ज्ञ ज्योतिषांच्या सल्ल्याने श्रीकालसर्प शांतीविधी तज्ज्ञ पुरोहिताच्या सहाय्याने उरकावी. नंतर स्वगृही उदक शांती विधी करावा. श्रीकालसर्पयंत्राची समंत्र आराधना करावी. अति चांगुलपणामुळे नुकसान होईल. साहित्यकला तसेच इतर क्षेत्रातील संशोधन/लिखाण पुरस्कारास पात्र होईल. सुडबुध्दी सोडून राजकारणात हातमिळवणी केल्यास भविष्यात लाभ होईल. विद्यार्थ्यांनी कुठल्याही भ्रमात राहू नये. बुध्दीचा उत्तम वापर केल्यास उत्तम गुण मिळवून मान-सन्मान मिळवू शकाल. विवाहकार्यास उत्तरार्धात गुरु अनुकूल होईल. प्रेमातील आणाभाका सांभाळून घ्याव्यात. आर्थिकदृष्ट्या परिस्थिती

नियंत्रणात राहील. उत्तरार्धात खाण्यापिण्यातून त्रास होईल. आजारी व्यक्तींना दव्याबरोबर दुव्याची आवश्यकता राहिल. त्यामुळे गरजू, गरीब व्यक्तींना यथाशक्ती मदत करावी. शत्रूपीडा संभविते. वेळीच नायनाट करावा. अहंकारापोटी गाफिल राहू नये. श्रीगुरुचरित्र पठण करावे. श्रीगुरुस्थानाची तीर्थयात्रा करावी.

मीन - मीन ही राशिचक्रातील शेवटची रास. नावाप्रमाणे या राशीचे चिन्ह मासे आहे. जलतत्वाची द्विस्वभावी स्थितीची रास असून राशीस्वामी गुरु आहे. या राशीत पूर्वाभाद्रपदा नक्षत्राचा अंतिम चरण, उत्तराभाद्रपद आणि रेवती ही नक्षत्रे संपूर्ण येतात. या राशीत येणारी अद्याक्षरे दी, दू, ता, झा, जा, दे, दो, चा आणि ची. या राशीचा स्वभाव भावनाप्रधान, शांतीप्रिय परोपकारी सेवाभावी, शालिन, सौम्य, निरुपद्रवी, विद्याप्रेमी, स्वच्छताप्रिय, सत्वगुणी, अहंकारी, द्विधा मनस्थिती, तापट, आदर्शवादी असा आहे. या राशीला शुभवार सोमवार, मंगळवार, गुरुवार शुभरंग लाल गुलाबी, पिवळा, सोनेरी, पांढराशुभ्र, अशुभरंग हिरवा, निळा, राखाडी, काळाकुट्ट. शुभरत्न पुष्कराज, मोती, पोवळे अशुभरत्न हिरा, नीलम, मित्र राशी कर्क, वृश्चिक, मेष, धनु शत्रू राशी तूळ, कुंभ, वृषभ. वार्षिक ग्रहस्थिती कमेश लग्नेश गुरु विवाहस्थानी तसेच अष्टमात लाभेश व्ययेश शनिदेव भाग्यात व कर्मस्थानी, राहू रोगस्थानी व पंचमात केतु बारावा व लाभस्तानी, हर्शल प्रथमात व धनस्थानी नेपच्यून बारावा, प्लुटो कर्मस्थानी. पुर्वार्धात उत्तम प्रगती करता येईल. उच्च शिक्षणात तत्वज्ञान, मानसशास्त्र, अध्यात्म यासारख्या विषयात स्वत:चे संशोधनात्मक विचार मांडता येतील. प्रबंध मंजूर होण्यातील अडथळे दूर होतील. श्रीचंद्रयंत्राची साधना पौर्णिमेस व्रतस्थ राहून करावी. खर्चाचे प्रमाण वाढले तरी चणचण भासणार नाही. अनाठायी खर्च टाळावा. उत्तरार्धात उधारी/उसनवारी प्राप्त होईल. कर्जाचे हप्ते फेडता येतील. सकाळी सूर्योदयापासून दोन तास तसेच सूर्यास्तानंतर निष्कारण आर्थिक व्यवहार करणे टाळावे. श्रीलक्ष्मीयंत्र तिजोरीत ठेवावे. विवाहकार्य होईल. वैवाहिक जीवनात समाधानाचे वातावरण राहिल. कुटुंबाशी संबंधित बहुतेक कार्य पूर्वार्धात उरकावे. संतानप्राप्तीचे प्रयत्नांना यश मिळेल. व्यवहाराकडे लक्ष ठेवावे. प्रेमाने वागावे. पण बेसावध राहू नये. कुळदेवतेचे मुळस्थानी जाऊन दर्शन करावे. मानपान देऊन घरी कुलस्वामिनी आराधना सुरु ठेवावी.

अनुकूल दिनांक - जानेवारी ५,१४,२३ फेब्रुवारी १,१०,१९,२८ मार्च ९,१८,२७ एप्रिल ६,१५,२४ मे ३,१२,२१,३० जुन ९,१८,२७ जुलै ६,१५,२४ ऑगस्ट २,११,२०,२९ सप्टेंबर ८,१७,२६ ऑक्टोंबर ५,१४,२३ नोव्हेंबर १,१०,१९,२९ डिसेंबर ८,१७,२६.

प्रतिकूल दिनांक - जानेवारी ३,१२,२१,३० फेब्रुवारी ८,१७,२६ मार्च ७,१६,२५ एप्रिल ४,२२,३० मे १,१०,१९,२८ जुन ५,१५,२५ जुलै ३,१३,२२,३१ ऑगस्ट ९,१८,२७ सप्टेंबर ५,१४,२३ ऑक्टोंबर ३,१२,२१ नोव्हेंबर ८,१७,२६ डिसेंबर ५,१४,२५.

कुबेर साधना महत्वाची का ?

शिवशंकराद्वारे विशेष आशिर्वाद प्राप्त झाल्याने धनाधिश कुबेर सूर्यासमान तेजस्वी देवता आहे. शिवशंकरांनी कुबेराला देवांचा कोषाध्यक्ष हे पद दिले. धन अर्थात संपत्ती वैभव, निधी विना या युगामध्ये काहीही शक्य नाही. शास्त्रानुसार दारिद्र्य निवारण, भाग्यबाधा समाप्ती तसेच शीघ्र आर्थिक प्रगतीसाठी कुबेर सिध्दीसाधना सर्वश्रेष्ट मानली जाते. देवदेवतांनाही धनासाठी कुबेराची प्रार्थना करावी लागते. जेथे कुबेराचा वास असतो. तेते साक्षात महालक्ष्मी राजश्री च्या रुपात निवास करते. कुबेराच्या साधकावर शिवकृपा होते. त्याचबरोबर कुबेर साधनेद्वारे साधकाला पूर्ण सौभाग्यही प्राप्त होते. त्याला जीवनात जे हवे ते सर्व प्राप्त होते. कुबेर धनाध्यक्ष आहे. आणि कुबेर आराधना केल्याने दरिद्री व्यक्तीलाही धनसंपदा, संपन्नता व सुखसमृध्दी प्राप्त होते.

कुबेर साधना कशी करावी - ही साधना साधकाने दर महिन्यातील शुक्ल पक्षातील त्रयोदशीला करावी. या साधनेमध्ये मंत्रसिध्दी प्राणप्रतिष्टा युक्त धनाधीश कुबेर यंत्र तसेच कुबेर माते चा वापर करावा. तसेच हळदकुंकू, दूध, पुष्प, प्रसार व ताम्रपात्र जल इ. सामुग्री वापरावी. साधकाने स्नानानंतर स्वच्छ पिवळे वस्त्र धारण करुन उत्तरेला तोंड करुन आसनावर बसावे व समोर पिवळ्या चौरंगावर पिवळे वस्त्र अंथरुन मध्यभागी तांदळाची रास करावी. व त्यावर धनाधीश कुबेर यंत्र स्थापन करावे व त्याची विधीपूर्वक पूजा करावी. सर्वप्रथम भगवान शंकराच्या स्वर्णग्रासयुक्त पारदेश्वर शिवलिंगामध्ये शिवदर्शन करुन हातात जल घेऊन संकल्प सोडावा. त्यानंतर खालील कुबेर मंत्राचा ५×१०८ वेळा जप करावा. अशा पध्दतीने कुबेर साधना करावी.



मंत्र ॐ ऱ्ही कुबेराय वैश्रवणाय धनसमृध्दी देहि देहि नम :

आळशी रामू

शामरावांचा मुलगा रामू आळशी व कामचुकार होता. तो दिवसभर कोणतेही काम न करता गावात नुसाता उनाडक्या करीत फिरत राहायचा. शामरावांनी त्याला दोन-चार वेळा शाळेत पाठवण्याचा प्रयत्नही केला पण रामू नेहमी शाळेतून पळून यायचा. त्यामुळे त्याला शाळेतून काढून टाकण्यात आले होते. शामराव दिवसभर रानातून लाकडे तोडून आणव व गावात विकत असत. त्यावरच त्यांच्या कुटुंबाचा उदरनिर्वाह चालत असे. शामराव गरीब असूनही त्याला मुलाला शिकवण्याची इच्छा होती. परंतु रामूचे शिक्षणात लक्षच नव्हते. आता तो सतरा वर्षाचा झाला होता. पण त्याच्या सवयी तशाच होत्या. त्याच्याबरोबरीचे मुले कामधंदा करु लागली होती. पण हा मात्र उनाडक्या करीत गावभर हिंडत असे. शेवटी वैतागुन त्याच्या आई-वडिलांनी त्याला घराबाहेर काढले. चालत-चालत तो गावापासून बऱ्याच लांब असलेल्या जंगलाजवळ गेला. तिथे एक ऋषी राहत होते. रामू पाहून त्यांनी त्याला हाका मारल्या व विचारले अरे बाळा तु कुठे चालला आहेस ? हा रस्ता जंगलाकडे जातो व तेथे भयंकर प्राणी असतात. ऋषींचे बोलणे ऐकून भुकेला व दमलेला रामू घाबरला. तो पटकन ऋषींजवळ बसला. त्यांच्या प्रेमळ शब्दांमुळे त्याला जिव्हाळा वाटू लागला. त्याने आपल्या घरातील सर्व हकीकत ऋषींना सांगितली. ते ऐकून ऋषीं म्हणाले, बाळा माणसाने स्वत :तील दुर्गुण ओळखुन ते दूर केले पाहिजेत. तु नकळत खुप चुका केल्या आहेत. व त्याचा दोष आपल्या आई-वडिलांना देत आहेस. माणसाने सारी संकटे झेलुन प्रसन्न राहायला हवे. रामून हात-पाय धुवून जेवण केले व झोपी गेला. सकाळी उटल्यावर त्याने ऋषींसोबत व्यायाम केला. नंतर स्नान करुन पूजा केली. त्याचे जेवण झाल्यानंतर ऋषींनी त्याचा हातात एक कुऱ्हाड दिली. व सांगितले, जंगलातून फक्त वाळलेली लाकडे तोडून घरी घेऊन जात जा. कधीही हिरव्या झाडांना हात लावू नकोस. आता ते तरुण झाला आहेस आपल्या आई-व्डिलांना मदत करायला हवी. जा आजपासून आपले काम सुरु कर.

रामुने ऋषींना नमस्कार केला. त्याने दिवसभर खूप लाकडे तोडून त्याची मोळी बांधली व ती घेऊन तो घरी आला. त्याला पाहुन त्याच्या आई-वडिलांना खूप आनंद झाला. आईने त्याला जवळ घेत विचारले बाळा कुठे गेला होतास ? आई-वडिलांचे बोलणे कुणी मनावर घेतं का ? तु कुठे गेला होतास ? आणि तुझ्या हातात ही कुऱ्हाड कुणी दिली ? आईचं प्रेमळ बोलणं ऐकून रामून रडत-रडत सारा घडलेला प्रकार सांगितला. आई सारा दोष माझाच आहे. आजपासून मी खुप काम करीन. ते ऐकून शामरावांनाही खूप आनंद झाला. दुसऱ्या दिवसापासून तो आपल्या वडिलांसोबत रोज जंगलात जाऊ लागला व खूप काम करु लागला. त्यामुळेच तो आई-वडिलांचा व साऱ्या गावाचा लाडका झाला.

काय केल्याने आरोग्य व समृध्दी मिळते

नेहमी सूर्योदयापुवी उठण्याची सवय टेवावी. त्यामुळे आपल्याला सकारात्मक ऊर्जा प्राप्त होते. व आपले तन, मन व मेंदू शांत राहतो. सकाळी मोकळ्या हवेत, बागेत वा छतावर जाऊन पुर्वेकडे तोंड करुन व्यायाम करावा. दीर्घश्वसन करावे. यामुळे तुम्हाला निसर्गामध्ये असणाऱ्या सकारात्मक ऊर्जेचा व ऑक्सिजनचा लाभ होतो. भोजन करताना नेहमी पुर्वेकडे वा उत्तरेकडे तोंड करुन भोजन करावे. कधीही पलंगावर बसून, उभे राहून भोजन करु नये. भोजन एकतर जमिनीवर मांडी घालून किंवा डायनिंग टेबलवर करावे. खाताना टीव्ही पाहु नये. त्यामुळे नकारात्मक ऊर्जेचा प्रभाव आपल्या ज्ञानेंद्रियांवर विपरीत परिणाम करतो. म्हणून भोजन करताना टीव्ही बघण्याऐवजी गप्पागोष्टी कराव्यात. औषधे कधीही डायनिंग टेबलवर ठेवू नयेत. असे करुन आपण औषधांना आपल्या आहाराचा एक भाग बनवण्यासाठी निमंत्रण देत असतो. जर घरातील लहान मुले वा वृध्द व्यक्तींना एखादे टॉनिक सुरु असेल तर त्यांच्या बाटल्या घराच्या पूर्व भागात असणाऱ्या कपाटात ठेवावे. एखाद्या आजारावरील औषध घराच्या दक्षिण वा पश्चिम भागात ठेवावीत. असे करणे आरोग्यासाठी सुखदायी असते. घराचे किचन नेहमी आग्नेय भागातच असावे. ते कधीही उत्तर-पुर्व भागात नसावे.. नाहीतर धनहानी व आरोग्यहानी होते. ●

आमचे स्फुर्तिस्थान.... आदरणीय काका



स्वर्गीय रावजी काळू ठाकरे

संस्थापक-अध्यक्ष :
शिवशक्ती सहकारी पतसंस्था मर्यादित

संस्था स्थापनेपासुन सलग १० वर्षे अध्यक्ष :
शिवकृपा नागरी सहकारी पतसंस्था मर्यादित



ॲड. दिनेश आर. ठाकरे

Mob. 9323049095





RNI No. MAHMAR/2002/10557 पोस्ट रजि. नं. : THC/133/2015-17
प्रकाशनाचा वार प्रत्येक आठवड्याचा गुरुवार, पोस्टींगचा वार प्रत्येक आठवड्याचा शुक्रवार, शनिवार. पोस्टींग : कुळगांव टपाल कार्यालय, गांधी चौक.

दिपावलीच्या हार्दिक शुभेच्छा...





कॅप्टन
आशिष दामले

